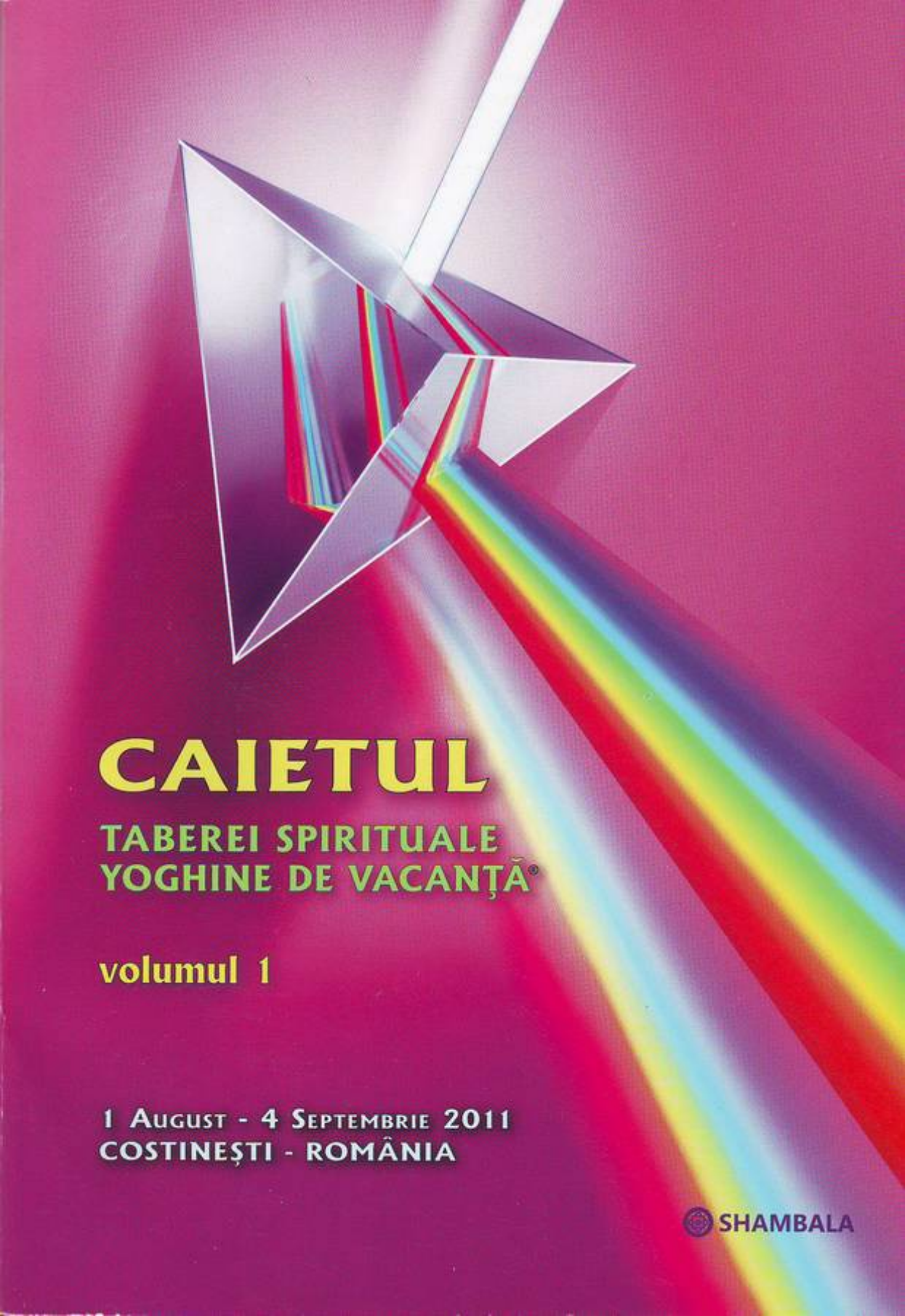


CAIETUL

TABEREI SPIRITUALE YOGHINE DE VACANȚĂ®

volumul 1

1 August - 4 Septembrie 2011
COSTINEȘTI - ROMÂNIA

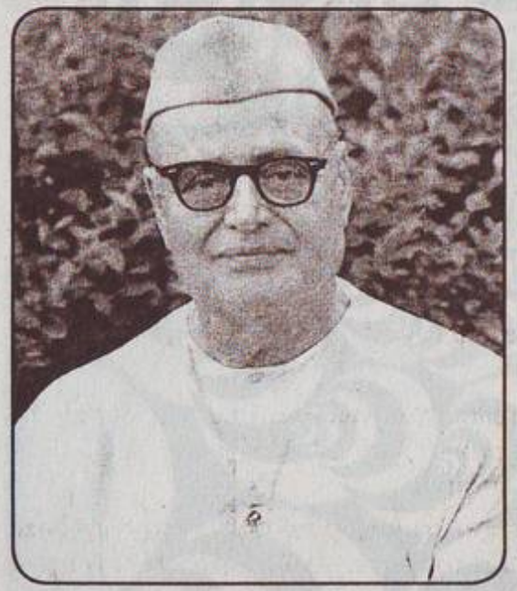
SHAMBALA

UN INTERVIU CU MARELE YOGHIN GOPI KRISHNA DESPRE STAREA DE ILUMINARE SPIRITUALĂ

Mulți cunosc povestea extraordinară a trezirii spirituale a celebrului yoghin iluminat Gopi Krishna, din cartea publicată și în limba română sub titlul „Kundalini, energia evolutivă din ființa umană". Vă prezentăm în continuare un interviu inedit și semnificativ despre trezirea forței *Kundalini Shakti* și despre iluminarea spirituală, acordat de Gopi Krishna și publicat în anul 1995.

Gopi Krishna, dumneavoastră faceți de ani de zile demersuri pentru investigarea științifică a experienței yoghine de trezire a forței Kundalini. Ce semnificație are cuvântul „kundalini" și care este istoria sa lingvistică?

Kundalini, în sanscrită, înseamnă „încolăcit" și vine de la cuvântul *kundala*. El se referă la o forță care la omul obișnuit se află în stare latentă, fiind „adormită" la baza coloanei vertebrale, încolăcită precum un șarpe, dar care poate fi trezită la cei care practică yoga cu perseverență. În cazul meu, nu am știut nimic despre această forță și la un moment dat, pe neașteptate, ea a devenit activă în urma meditațiilor de lungă durată pe care le-am realizat cu perseverență timp de șaptesprezece ani. La prima trezire a lui *Kundalini* în ființa mea, m-am simțit total dezorientat, pentru că nu aveam nici experiență și nici nu citisem vreo carte despre asta, dar totodată eram uluit și bulversat de ceea ce mi se petrecea. Apoi am început să citesc câte ceva despre acest subiect și am descoperit că rădăcinile sale sunt ancorate în vremuri străvechi. Se pare că această forță era cunoscută încă din vremea egiptenilor, fiind evidențiată prin ornamentul simbolic al cobrei ridicate care făcea parte din acoperământul de pe capul faraonului. Acest simbol denotă o relație strânsă cu puterea șarpelui sau *Kundalini*. Mai există și alte nume care îi sunt atribuite, unul dintre ele fiind acela de *Kundalini Shakti*. *Shakti* înseamnă forță sau energie, iar *Prana Shakti* înseamnă energie vitală sau bioenergie, cum o numesc oamenii de știință. Ea mai este cunoscută în Occident și sub numele de forță odică sau astrală, sau *Chi*; deoarece



Gopi Krishna

era cunoscută sub multe alte nume în trecut, am putut să descopăr că există o legătură foarte directă între *Shakti* din tradiția tantrică multimilenară și din civilizațiile sumeriană și asiriană.

Deci datorită trezirii acestei energii, Kundalini Shakti, care exista în stare latentă în ființa dumneavoastră și pe care ați descoperit-o după șaptesprezece ani de meditație, ați fost la început forțat să deveniți conștient de prezența ei în ființa umană. Acest lucru a condus la întreprinderea unei cercetări științifice pentru a înțelege ce se petrece de fapt?

Da, a fost o experiență cutremurătoare, deoarece odată trezită, energia a continuat să acționeze în ființa și în trupul meu. Aceasta a fost partea cea mai minunată a experienței. Dar în timpul primilor câțiva ani, bâjbâiam efectiv în întuneric și mă lăsam ghidat doar de intuiție pentru a ști ce să fac. La un anumit moment dat, m-am confruntat cu stări anormale. Apoi am început să citesc o carte, „Puterea Șarpelui" a lui Arthur Avalon, și privirea mi-a căzut, deloc întâmplător, asupra unei propoziții în care se spunea că *sadhaka* (inițiatul) nu are voie să-și mențină stomacul gol, ci trebuie să servească o masă ușoară la fiecare trei ore. Am urmat și eu acest sfat, iar el m-a ajutat să supraviețuiesc.

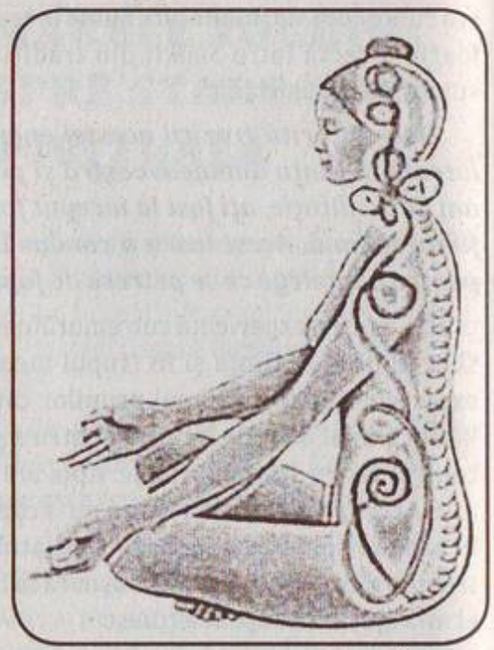
Care au fost unele dintre simptomele cu care v-ați confruntat după trezirea lui Kundalini?

Primul simptom a fost senzația de lumină intensă la nivelul capului. Nu era ca și când vedeam lumina sau aveam viziunea interioară a luminii, ci mai degrabă, părea ca și când un flux de lumină fluidă îmi pătrundea în creier. Această revărsare de lumină continuă de atunci și până astăzi. La început îmi distrăgea atenția, dar puțin câte puțin a început să mă încânte din ce în ce mai mult, iar la ora actuală mă fascinează în așa măsură, încât îmi este greu să exprim în cuvinte ceea ce simt. Acest flux de lumină lichidă a început să-mi inunde creierul chiar din prima zi – când mă aflam așezat în meditație și când puterea șarpelui s-a trezit – și l-am simțit curgând prin tot sistemul nervos, prin stomac, inimă, plămâni, gât, cap și preluând controlul asupra întregului meu trup. Era o energie inteligentă, care avea un scop precis și care știa ce trebuie să facă.

Este energia Kundalini mecanismul evolutiv responsabil de dezvoltarea unei conștiințe superioare?

Permiteți-mi să o numesc energie creatoare, sistem reproductiv. Ea este de asemenea controlată și ghidată de *prana*, prin urmare este atât mecanismul, cât și energia responsabilă de evoluția noastră spirituală.

Dacă înțeleg corect, vreți să spuneți că energia Kundalini este totodată baza biologică de la care pleacă creativitatea și starea de geniu, iar dumneavoastră oferiți o explicație biologică a acestor fenomene pentru care Freud propune doar un fel de metaforă psihologică.



Este corect. Conceptul lui Freud despre libido este acela al unei energii ce provine din tendințele lascive care există în ființa umană, și anume energia reproducătoare, însă doar din punct de vedere psihic. El nu spune că această energie are rădăcini organice. Este ceea ce subliniază însă Wilhelm Reich, și anume că acest libido trebuie să își aibă rădăcinile în structura organică a ființei umane. Știm că trupul nostru depinde de hrană și că trebuie să existe o anumită modalitate prin care energia organică să fie transformată în energie psihică. Energia psihică nu este doar energie organică, și nici doar energie electrică. Este ceva5421 despre care știința încă nu a reușit să descopere mare lucru. Oamenii de știință nu-și dau încă seama cum se transformă energia organică în energie psihică.

Prin urmare, conceptul lui Freud despre libido s-a limitat doar la sfera psihică. El nu oferă nicio explicație sau descriere despre substratul său somatic. Ceea ce vreau să spun este că în energia seminală a bărbatului, în fluidele sale seminale, există două ingrediente: unul dintre ele are un substrat organic subtil, volatil care poate fi convertit în energie psihică ce are o forță mai mare. Iar această energie psihică este cea care pătrunde în creier sub formă de lumină fluidă. Mai există un ingredient de natură biologică, mai grosier, care ajunge și el la creier prin canalul spinal, și care asigură hrănirea celulelor atunci când se desfășoară procesul de regenerare.

Prin urmare, ceea ce propuneți dumneavoastră legat de natura energiei Kundalini este un concept care unifică diferite științe – fizica, biologia și psihologia – și oferă totodată o punte de legătură între fizică, psihologie și biologie, ce permite investigarea științifică?

Da. Experiența mea îmi spune că în întreaga structură organică a ființei și în celule există un element vital și că nervii colectează acest element vital și îl concentrează în fluidele reproducătoare. Și că atunci când *Kundalini* se trezește, are loc o acțiune inversă. Că acest element vital este separat de elementele grosiere, și apoi, ca o radiație, el inundă creierul, generând fenomenele asociate extazului mistic.

Ce este de fapt iluminarea?

Pentru a răspunde la această întrebare, trebuie să vă ofer niște informații suplimentare. La mulți ani după trezirea lui *Kundalini Shakti* în ființa mea, lumina

care îmi inunda creierul m-a ajutat să percep lumea în mod diferit. Vedeam totul scăldat într-o lumină albă. Părea ca și când oglinda – mă refer la oglinda prin care observăm Universul în mod subiectiv – avea un fel de praf albicios pe ea. De exemplu, dacă vedeam o persoană sau hainele pe care le purta, acestea îmi apăreau ca și când ar fi avut un strat fin dintr-o substanță de culoare albă pe deasupra. Nu am putut să înțeleg sau să-mi explic acest fenomen ani de zile.

Apoi, dintr-o dată, acest strat alburiu a început să devină din ce în ce mai rafinat, în cele din urmă transformându-se într-o lumină alb-argintie. Ulterior am început să văd totul ca având o strălucire argintie, atât atunci când dormeam, cât și atunci când vorbeam sau mă gândeam la ceva. Prin urmare, întregul mecanism și substanța din care este alcătuit creierul meu s-a modificat. Acesta este lucrul cel mai extraordinar pe care oamenii de știință ar trebui să-l investigheze. Acest fenomen nu îmi este specific numai mine. În toate imaginile, sfinții – Iisus sau marii mistici ai lumii – sunt reprezentați având un halou luminos, un nimb în jurul capului. În mod invariabil, este vorba despre această lumină. Ea este indiciul că conștiința sfântului sau a misticului respectiv este pătrunsă de lumină. În „Vede" se fac multe referiri la această lumină.

În cărțile despre *Hatha Yoga*, *Kundalini Shakti* este descrisă în termeni de lumină și sunet, iar în „Vede" și în „Upanishade", Sinele Nemuritor *Atman* este descris ca purtând o mantie de lumină. Aceasta nu este percepută de conștiința umană obișnuită. În mod normal, vedem lumina doar atunci când ea există efectiv în fața noastră. Pe întuneric, vedem doar întunericul.

Dar în cazul unei ființe iluminate, există lumină atât în afara sa, cât și în interiorul său. Ea percepe întotdeauna existența unui halou de lumină în universul său lăuntric. Este ceea ce eu numesc Sinele meu, sufletul, oglinda interioară prin care observ Universul și care nu mai este așa cum era când aveam 34 de ani. Acum este ca un far glorios, întotdeauna strălucitor, o splendoare, o minune. Această stare nu a apărut brusc, ci ca urmare a unui proces gradat de rafinare a energiei și conștiinței.

În primele etape, vedeam doar un fel de strat albicios. Am menționat despre aceasta în autobiografia pe care am scris-o. Dar gradat, percepția s-a rafinat. Acest lucru îmi arată că după trezirea lui *Kundalini Shakti*, în ființă are loc și o transformare, o transmutare biologică ce produce o substanță subtilă care ascensionează ca o radiație până la nivelul creierului, determinând în universul lăuntric o explozie de lumină. Este necesar să treacă un anumit timp pentru ca această radiație luminoasă să se rafineze, până când ajunge la o formă strălucitoare, extraordinară și fermecătoare. Acest lucru este menționat în tratatele de *Hatha Yoga*, chiar și în cartea „Puterea Șarpelui" a lui Arthur Avalon. Există trei *nadi*-uri sau canale care trec prin măduva spinării – unul mai grosier, al doilea mai rafinat și ultimul, cel mai rafinat – prin care curge *prana*. Acest lucru corespunde experienței pe care am avut-o. La început, energia creatoare s-a transformat într-o formă mai grosieră, apoi într-una ceva mai rafinată, apoi într-una și mai rafinată, iar în cele din urmă în forma pe care o percep la ora actuală. Aceasta a fost experiența mea lăuntrică.

Cum ar putea cineva, doar privindu-vă atent, să știe la modul real că sunteți o ființă iluminată, având în vedere faptul că singurul semn al acestei stări este percepția interioară a strălucirii luminoase pe care o manifestați și care vă umple câmpul vizual? Există semne exterioare ale stării de iluminare pe care ceilalți să le poată observa?

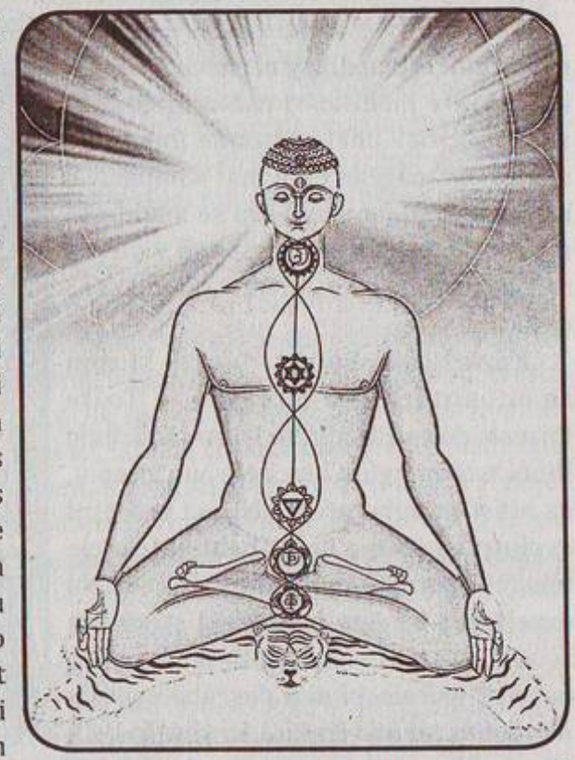
Această transformare este atât de radicală, încât trebuie să existe ceva în sânge și în fluidul spinal care să-i corespundă. Nu pot spune dacă la ora actuală oamenii de știință vor fi capabili să descopere acel ceva, deoarece cunoștințele lor despre trupul uman sunt încă departe de a fi complete. Dar am motive serioase să cred că de îndată ce cercetarea va începe, în decursul a câțiva ani, oamenii de știință vor putea să descopere particularitățile care există în compoziția microbiologică a sângelui unei ființe iluminate. Știu din experiență personală că într-un astfel de caz, o cantitate uriașă de fluid reproducător este reabsorbită în sânge, în sistemul nervos și în creier, astfel că este absolut necesar să existe un indiciu care să arate că un nou mecanism a început să funcționeze. Sunt absolut sigur de aceasta! Este și motivul pentru care sunt atât de nerăbdător ca oamenii de știință să facă primele descoperiri.

Sigur există ceva în sângele și în creierul sau în fluidul cerebrospinal care să indice faptul că un element nou este prezent în cazul unei persoane iluminate. Acesta ar fi unul dintre semne. Un alt semn, după cum am menționat și în cărțile pe care le-am scris, poate fi observat în timpul etapei de tranziție, când *Kundalini Shakti* se trezește și începe procesul de regenerare a trupului și a ființei. Atunci, oricine poate vedea clar semnele unei activități metabolice crescute care are loc în organism – bătăile inimii, pulsul, fluxul sângelui, digestia și excreția. Toate aceste aspecte sunt menționate în cărțile de *Hatha Yoga*.

De exemplu, este evident că energia digestivă – focul digestiv – este mult amplificată imediat ce *Kundalini Shakti* se trezește în ființă. Mai există, de asemenea, și alte semne care apar. Sunt sigur că o examinare atentă a organelor reproducătoare, genitale, poate demonstra faptul că energia capătă un curs ascendent. O examinare amănunțită și exactă ar evidenția cu siguranță funcționarea mult intensificată la nivel fiziologic, astfel că sigur ar apărea indicii evidente că s-au produs modificări organice în sistemul reproducător. Un astfel de studiu le-ar permite fiziologilor să observe transformările care apar în cazul unei ființe iluminate la nivel funcțional și la nivelul structurilor organice.

Mai presus de toate, există acest flux ascendent al energiei sexuale, numit *urdhava-retas*, și orgasmul orientat ascendent. Acesta este un indiciu foarte clar care apare în cazul unui înțelept iluminat: sistemul său reproducător începe să funcționeze în direcție ascendentă. Chiar și atunci când face dragoste cu o femeie, un astfel de iluminat este capabil să-și controleze energia sexuală, potențialul creator. (Aici, Gopi Krishna se referă indubitabil la conceptul de *continență sexuală®* care este promovat în școala noastră de yoga – n.n.) El poate să procreeze, dacă dorește, și atunci își orientează la voință energia sexuală în mod descendent, prin ejaculare,

sau poate la fel de bine să își orienteze energia ascendent, sublimând-o și conducând-o în etajele superioare ale ființei sale. Acest lucru poate fi verificat de orice fiziolog. Este foarte simplu.



Având în vedere starea actuală de evoluție a omenirii, am fost în mod pozitiv surprins să constat că, fără să intru prea mult în detalii, există unii oameni de știință care sunt dispuși să accepte ceea ce spun. Cândva, am discutat despre aceasta cu un faimos neurochirurg din Germania. El a spus că dacă această caracteristică foarte importantă a extazului mistic ar putea fi verificată experimental, acest lucru ar putea pune întregul fenomen pe o bază științifică. Când l-am reîntâlnit la München, alături de numeroși alți oameni de știință eminenți, am perceput o reală deschidere față de această idee. Nu am simțit nicio rezistență deosebită. Atâta doar că ideea nu a fost totuși suficient de luată în serios pentru a se trece la faza de cercetare științifică concretă.

Dacă luăm acum extazul mistic așa cum este el de fapt descris de marii mistici ai lumii, adică tot ceea ce ei povestesc din experiență, constatăm că lumina este invariabil o caracteristică a extazului mistic. Adică această curgere ascendentă a energiei sexuale, această Lumină, este o caracteristică comună tuturor formelor de extaz mistic. Dacă citim descrierea experiențelor de comuniune cu Dumnezeu ale oricărui mistic, vom descoperi că el spune: „Eram absorbit într-o lume de lumină. Eram înconjurat de slavă."

Aceasta este, prin urmare, prima experiență. Apoi apare surpriza, minunea unei experiențe spirituale care nu este deloc obișnuită și care nu apare niciodată în cursul normal al vieții. Apare, de asemenea, și o stare de adorație, de iubire intensă și se trezește în ființă starea de fericire. De asemenea, apare și o stare de omnisciență, ca și când am cunoaște întregul Univers. Iar în unele cazuri apar chiar și viziuni cu ființe spirituale, cum ar fi Iisus, Buddha, Krishna, Vishnu sau Allah. Acestea sunt câteva dintre caracteristicile stării de iluminare care apar aproape întotdeauna. Ele sunt mereu prezente în cazul meu.

Ce modificări psihologice sunt observabile la o persoană care a atins starea de iluminare? Poate un psiholog să le constate sau să le măsoare?

Kundalini Shakti este agentul purificator al trupului și al minții. Cele mai importante modificări psihologice care sunt specifice unei persoane iluminate sunt următoarele: este mai compasivă, mai detașată, iar egoul său se manifestă mai puțin. Nu este o persoană violentă sau agresivă și este autentică în tot ceea ce face.

Kundalini Shakti este mama spiritualității și a moralității. Toate formele de spiritualitate își au rădăcinile în această energie. Chiar de la bun început, ea a fost energia care a susținut procesul evolutiv și care a creat pentru ființele umane, conceptul de virtute morală. Nu experiența pe care ne-o oferă structura socială este cea responsabilă de principiile noastre morale, ci mai degrabă energia *Kundalini* plenar trezită în ființă. Prin urmare, putem spune despre *Kundalini Shakti* că este păzitoarea virtuților morale. Când ea se trezește, primul său efort este să curețe mintea de dorințele și pasiunile rele, de mânie, răutate, invidie, gelozie și chiar de ambițiile și dorințele excesive. Aceasta înseamnă că există în mod categoric și o bază biologică pentru valorile spirituale și morale. Este o parte a evoluției umane.

Resimt transformări extraordinare în ființa mea pe care nu mi le pot explica prin propriile mele acțiuni. Ele au apărut ca urmare a procesului de remodelare care se petrece fără încetare în trupul meu. Dacă ne uităm la viețile marilor mistici din trecut, ale profeților, avem clar dovada acestei transformări. Toți au simțit imboldul de a spune adevărul, de a vorbi oamenilor cu foarte multă iubire, cu compasiune, milostenie și bunăvoință. Toți au manifestat aceste calități. *Kundalini Shakti* este tezaurul tuturor virtuților. Dacă *Kundalini* ar fi folosită greșit, omenirea ar putea atinge un nivel de inteligență foarte înalt – mult mai înalt decât cel actual – dar oamenii ar deveni atunci niște monștri. Prin aceasta vreau să spun că atât bărbații, cât și femeile ar deveni în acest caz foarte inteligenți, chiar geniali, dar ar fi genii ale răului.

Este perfect posibil ca în Univers să existe asemenea specii monstruoase, care au un grad de inteligență foarte ridicat. Această posibilitate nu ar trebui să fie exclusă. Este posibil să existe astfel de ființe malefice care sunt extrem de inteligente, care dispun de o putere lăuntrică foarte mare și care au o mulțime de înzestrări, dar care sunt răuvoitoare, răufăcătoare și monstruoase.

Prin urmare, dacă omul ar încerca prin propriile sale eforturi să creeze o rasă de ființe de o înaltă ținută morală, nu ar reuși niciodată să facă asta. Vedem foarte clar acest lucru din ceea ce oamenii au făcut în decursul secolului al XX-lea. Nu au existat nicicând în istoria omenirii asemenea masacre ca în acest secol. Imaginați-vă, au fost ucise milioane de oameni în al Doilea Război Mondial, 125 de milioane de oameni au fost uciși în Rusia în vremea lui Stalin, aproape cinci milioane în India în perioada partiționării și trei milioane în Pakistan acum.

În secolul al XX-lea a fost atinsă culmea dezvoltării noastre intelectuale, și totuși, în același timp omenirea s-a manifestat în modul cel mai sângeros din istorie. Doar prin grația lui *Kundalini Shakti*, acest Duh Sfânt, acest gardian sacru al evoluției noastre, umanitatea poate progresa din punct de vedere spiritual și moral. Acesta este motivul pentru care, în toate scripturile sacre care au fost revelate se pune foarte mult accentul pe adorarea și respectul față de această energie, pe meditația constantă asupra acestei puteri divine. Pentru progresul spiritual și moral al rasei umane este absolut necesar ca această putere divină să fie benefică. Niciun fel de formare și niciun fel de cursuri teoretice, niciun fel de cercetare la nivel intelectual nu poate face ca rasa umană să devină mai milostivă, mai generoasă, mai iubitoare, mai elevată, mai nobilă. Toate acestea sunt cu putință doar datorită procesului purificator pe care-l provoacă în ființă trezirea energiei *Kundalini Shakti*.

În ființa iluminată are loc întotdeauna o transformare profundă de la grosier la rafinat, de la pasiunile animalice la ideile divin inspirate. O astfel de persoană are alte concepte, alte gânduri și alte idei, bineînțeles, dar din tot ceea ce ea dăruiește lumii, se observă că are întotdeauna în vedere numai cele mai înalte idealuri. Fiecare astfel de ființă și-a dăruit întotdeauna inima oamenilor și s-a jertfit pentru ei. Ființa iluminată știe că nu există nicio altă modalitate prin care omenirea să fie transformată și să atingă astfel dimensiunile superioare ale conștiinței sau nivelurile cele mai înalte ale spiritualității, decât prin Grația divină, a cărei manifestare este energia *Kundalini Shakti*.

Vreți să spuneți că virtuțile pe care le are un sfânt sunt aceleași cu cele ale unei ființe iluminate? Dar cum rămâne cu creativitatea? Prin ce este diferit un geniu, de exemplu, de o ființă care a atins starea de iluminare?

Aici trebuie să ținem cont de aspectele normale ale minții și ale personalității umane. Observăm că unii oameni sunt credincioși, iar alții sunt mai răi, mai egoiști, unii sunt extrem de inteligenți, chiar geniali, în vreme ce alții sunt mai puțin inteligenți. Să presupunem că una dintre aceste persoane atinge starea de iluminare. Ceea ce urmărește să facă *Kundalini* ca și energie implicată în procesul de iluminare a ființei va fi o restructurare a creierului și a minții individului, astfel încât el să devină un adevărat supraom. Ființa iluminată este foarte inteligentă, genială, compasivă și are virtuțile tuturor marilor profeți care au existat vreodată de-a lungul istoriei. Dar deoarece oamenii nu sunt toți la fel – unii au un anumit punct slab, alții un altul, chiar și în starea de iluminare – trebuie să ținem cont și de starea noastră fizică și mentală.

Poate că nu este posibil ca procesele de remodelare să creeze un bărbat perfect sau o femeie perfectă, care să fie un geniu, plin de compasiune și iubire și care are toate virtuțile unei ființe iluminate. Pot exista diferențe în ceea ce privește un aspect sau altul. Trebuie să spunem că aceeași energie evolutivă, care ridică omul de la nivelul subuman, sau animal, nu a creat o singură matrice evolutivă, ci există diferite feluri de oameni.

Același lucru este valabil atunci când trecem la o etapă evolutivă superioară. Nu va exista un tip uniform de bărbați și femei. Vor exista variații. Unii pot atinge un grad mai profund al stării de iluminare, alții pot deveni mari genii, alții pot fi plini de iubire etc. Vor exista diferențe, dar, incontestabil, bărbatul și femeia care au atins starea de iluminare sunt superiori oamenilor obișnuiți.

În timp ce vorbeați despre procesul care are loc în cazul trezirii energiei Kundalini, ați folosit termeni care sunt valabili doar pentru bărbați, cum ar fi fluidul seminal și erecția organului masculin. Este aceasta o experiență care exclude femeile, sau procesul este valabil pentru ambele sexe?

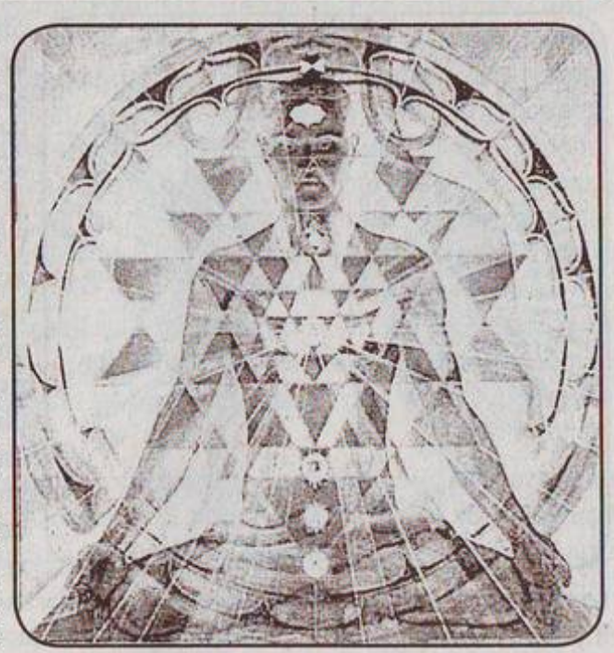
Este un proces care decurge în paralel. În cazul unui bărbat, avem falusul care este erect. În cazul femeii, avem activitatea care are loc la nivelul vaginului și organului reproducător. Putem observa aceeași activitate atunci când ea interacționează amoros cu un bărbat. Și orgasmul interior este același. Am verificat acest lucru în cazul a cel puțin trei femei.

La femei apar evident stările de orgasm experimentate în interiorul trupului. În timpul procesului de trezire a lui *Kundalini,* organele lor genitale sunt într-o stare de excitație, de dilatare, ca și la bărbați. De fapt, într-unul dintre cazuri, femeii respective chiar îi era rușine să-mi spună ce se petrecea cu ea. M-a întrebat: „Poate fi aceasta calea către Dumnezeu? Mă confrunt interior cu senzațiile foarte intense și chiar bulversante."

„Ce senzații?", am întrebat-o. Ea a răspuns: „Nici măcar nu pot vorbi despre ele; sunt senzații care apar în mod obișnuit atunci când fac dragoste." I-am spus atunci: „Aceasta este calea către Dumnezeu. Vă aflați pe drumul cel bun." Așadar, același lucru se petrece în cazul ambelor sexe. Am verificat acest lucru. De exemplu, cazul acestei femei care venise la mine tocmai din California este autentic. Deci și în cazul femeilor se petrece la fel ca și în cazul bărbaților.

Mă refer adesea la bărbați deoarece nu este întotdeauna posibil să mă refer la ambele sexe deodată, mai ales că mecanismele lor reproductive sunt puțin diferite. Așa că pur și simplu aleg doar unul. Putem afirma cu certitudine că femeia are același gen de manifestări, care sunt echivalente cu cele ale bărbatului. Atât pentru femeie, cât și pentru bărbat, are loc un proces evolutiv. De fapt, potrivit tradiției hinduse, energia evolutivă este mai activă la femei decât la bărbați.

Ce ne puteți spune despre acele comunități spirituale care văd celibatul și abstinența ca fiind absolut necesare pentru evoluția spirituală?



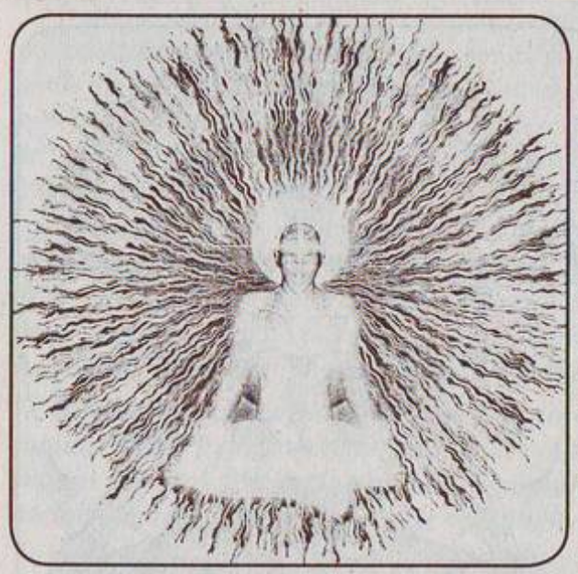
Consider că a venit vremea să eliminăm multe dintre superstițiile care vin din trecut. Știm acum că Dumnezeu, Creatorul nostru, nu este o ființă umană. El nu are doar mintea și creierul unui om, ci este un colos care a creat toate universurile și toate ființele. El nu ar fi creat omul și nu ar fi sădit în ființa lui acest instinct sexual doar ca să-l facă să sufere și să se chinuie urmând calea celibatului. Și apoi, dacă evoluția este scopul vieții, iar omul este menit să atingă cel mai înalt nivel de conștiință și să trăiască pe Pământ precum o nouă rasă de indivizi cu înalte înzestrări și capabili să atingă conștiința cosmică, atunci însăși ideea de celibat este o revoltă împotriva firii.

Aceasta este o filosofie negativă, o filosofie a disperării, în care omul se află într-o stare de tranziție. El nu a devenit încă un om perfect. Omul perfect este acela care a atins starea de iluminare, un om-minune, o super-ființă umană, un yoghin. Iar dacă el încearcă să-și blocheze energia creatoare și reproductivă, înseamnă că lucrează împotriva voinței lui Dumnezeu, și putem observa că în multe, multe cazuri, viața monastică a condus la obsesii, chiar și în sfera spirituală.

Mulți au fost prea obsedați, prea fanatici, chiar și după ce au atins starea de iluminare, ceea ce este periculos. Există posibilitatea ca la unii oameni, atunci când *Kundalini Shakti* se trezește, întreaga lor energie să se orienteze în sus și ei să nu mai simtă nicio dorință de natură sexuală față de persoanele de sex opus. Dar o ființă iluminată normală trebuie să fie la fel de funcțională din punct de vedere sexual ca și un om obișnuit.

Din ceea ce spuneți mi se pare că aparatul reproducător este de asemenea un mecanism prin care se produce evoluția, și de aceea celibatul este contrar naturii evoluției. Considerați, totuși, că celibatul ar putea fi valoros la un moment dat în procesul trezirii energiei Kundalini, deoarece el este afirmat ca o virtute sau o datorie morală de multe tradiții spirituale?

Există o diferență între celibat și abstinența sexuală. Celibatul înseamnă o viață dusă mai mult sau mai puțin fără activitate sexuală, o viață de om necăsătorit, o viață de abstinență. O astfel de viață nu este în acord cu legile naturii. Dar controlul asupra energiei sexuale și stăpânirea libidoului, și, de asemenea, asumarea unor perioade de abstinență sunt o necesitate pentru cel care își trezește *Kundalini*



Shakti prin yoga. Motivul este, atât cât am fost capabil să-mi dau seama, acela că există la nivelul creierului o anumită arie corticală a cărei manifestare este latentă și care brusc devine activă prin trezirea lui *Kundalini*, iar această activitate crescută a creierului necesită o formă mai puternică de energie psihică – nu acea energie psihică pe care noi o folosim în mod obișnuit – ci o formă superioară de energie psihică. Putem s-o numim bioenergie dacă vreți. Această formă de energie este furnizată de organele reproducătoare. În primele faze ale trezirii energiei *Kundalini*, creierul trebuie hrănit cu întreaga energie care poate fi produsă de organele reproducătoare. De fapt, în timpul acestei perioade, ființa umană care experimentează acest proces pare că este virtualmente într-o stare de nebunie. Ea este deja pe punctul de a atinge un nivel mai înalt de conștiință, dar trupul ei, nervii și organele sale vitale nu sunt acordate la această frecvență înaltă de vibrație a conștiinței. Rezultatul este că în etapa respectivă avem nevoie ca această energie să ne hrănească creierul pentru a-l menține într-o stare de normalitate. Este exact ceea ce am experimentat eu însumi. De fapt, apar experiențe atât de minunate, despre care nu am scris în memoriile pe care le-am publicat deoarece am considerat că nu vor fi apreciate ca fiind credibile, așa că le-am exclus din text. Dar de fapt s-au petrecut lucruri uimitoare. Apare o asemenea absorbție de energie care se produce prin canalul energetic spinal, încât poate deveni uneori înfricoșătoare. Acest sorb este însă esențial pentru salvarea creierului, deoarece fiecare strop de energie – adică bioenergie – care există în ființă este pus în slujba salvării creierului până când restructurarea sistemului nervos și a creierului devine completă. În această perioadă, chiar și un singur orgasm cu descărcare poate fi fatal.

Acest aspect a fost deja menționat de către Arthur Avalon în cartea sa „Puterea șarpelui". El citează o carte indiană competentă pentru a susține această idee, dar eu am verificat personal.

Puteți fi mai specific cu privire la perioada în care apare această situație extrem de critică?

Este vorba despre momentul în care, în urma practicii yoga, sesizăm că lumina ne inundă creierul, sau când se ajunge la un stadiu avansat al tehnicilor de *pranayama* și apar perioade în care pierdem priza de conștiință asupra trupului. Ne putem da seama atunci că energia *Kundalini* este mai mult sau mai puțin trezită. În timpul

acestor perioade, dacă starea este clar perceptibilă – uneori doar ne imaginăm că este așa, dar aceasta este o altă problemă – și dacă există și modificări corespondente la nivelul sistemului digestiv, sau al celui excretor, sau în ceea ce privește pulsul, trebuie să tragem concluzia că *Kundalini Shakti* s-a trezit și de atunci încolo eu recomand ca interacțiunile de natură amoroasă să fie evitate. De fapt, în mod normal libidoul este inexistent în această perioadă, ca o formă de protecție, și nu mai există dorință sexuală, deoarece întreaga energie este atrasă automat în etajele superioare ale ființei. În unele cazuri însă, poate persista încă dorința de a face dragoste, dar trebuie să fim atenți să o controlăm și pe aceasta timp de câteva luni. Apoi se va produce din nou, în mod automat, o creștere puternică a dorinței erotice. Atunci trebuie să știm că restructurarea s-a realizat într-o anumită măsură și că putem să facem dragoste din nou. Dar și în acest caz este necesar să fim foarte atenți și să controlăm foarte bine energia sexuală.

Prin urmare, o ființă care a transcens stadiul uman este capabilă să controleze în mod conștient fluxul energiei Kundalini și poate, la voință, fie să-i permită orientarea descendentă prin ejacularea fluidului seminal, fie să o direcționeze ascendent, către creier?

Am să urmăresc să explic și mai clar. Odată ce *Kundalini Shakti* este trezită și canalul subtil prin care urcă energia sexuală către creier se deschide, după o perioadă de timp echilibrul ființei se restabilește. Asta înseamnă că energia continuă să urce, dar în același timp sistemul reproducător sau sexual este din nou capabil să-și exercite funcțiile. Dacă acea persoană meditează din nou cu perseverență, să spunem peste câțiva ani, sau urmărește iarăși să-și expansioneze conștiința, atunci va urma o altă perioadă în care *Kundalini Shakti* va lucra în forță, trimițând fluxul energiei sexuale către creier. Dar va urma din nou o restructurare și din nou puterea sexuală va fi restaurată. De îndată ce se va petrece aceasta și totodată starea de iluminare se stabilizează în ființă, acea persoană devine capabilă să aleagă la voință cum să-și folosească energia sexuală în timpul actului amoros: fie pentru procreare, fie pentru a o trimite în etajele superioare ale ființei. Cu alte cuvinte, ea poate să interacționeze amoros cu ființa iubită și totodată să direcționeze energia ascendent, către creier. Atunci ejacularea va fi suspendată, orgasmul va fi interiorizat, iar energia va urca spre creier. Toate aceste fenomene pot fi resimțite în mod clar și distinct și sunt descrise în numeroase texte ezoterice străvechi, cum ar fi cele din tradiția tantrică.

Dumneavoastră propuneți comunității științifice ceva care, aparent, este în totală contradicție cu punctele de vedere care există în fizică și în biologie, și anume susțineți că există în natură o a cincea formă de energie, dincolo de ceea ce știința recunoaște oficial, și că fluxul energiei sexuale poate fi inversat și orientat prin canalul spinal către creier. Acest lucru sfidează în aparență viziunea deja stabilită. Ce i-ați spune unui fizician sau unui biolog care susține că așa ceva este imposibil?

Ce aș putea spune unui fanatic religios care crede că întreaga înțelepciune a lumii se află într-o singură carte? Mi-aș vedea de treabă. Este o situație paradoxală. De fapt, este cu adevărat incredibil. Știința încă nu cunoaște aproape nimic despre creier; ea nu știe aproape nimic despre modul în care energia noastră biologică se transformă în energie psihică; știința încă nu știe nimic despre energia psihică. Gândim, vorbim, ne plimbăm, facem tot felul de lucruri, dar nu știm ce este această energie. S-a descoperit că ea nu este energie electrică, nu este energie chimică, nu este energie gravitațională. Este ceva despre care știința nu are habar. Iar acum, având la dispoziție chiar și această informație parțială, dacă cineva alege să creadă în continuare că acesta este ultimul lucru care există și că nu mai este nimic dincolo de el, ce i-aș putea spune unui asemenea fanatic? Pot totuși prezice faptul că în timpul cercetărilor ce se vor efectua asupra creierului, chiar cu metodele binecunoscute deja de știință, vor apărea surprize care vor modifica întreaga concepție asupra Naturii.

După cum știm, chiar în cazul procedurilor de investigație realizate în mod obișnuit de savanți asupra creierului, oamenii de știință nu știu în realitate mai nimic despre creier și nimic despre energia pe care o folosim ca să vorbim, să gândim și să calculăm. Această lipsă de cunoaștere este o greșeală pe care în ultimele două secole știința a perpetuat-o, iar rezultatul este starea deplorabilă în care a ajuns lumea la ora actuală. Chiar este o situație paradoxală. De exemplu, cereți oricărui psiholog sau psihiatru să vă explice natura acestei energii și modul în care ea funcționează. Puneți doar această întrebare: Cum se transformă energia organică în energie psihică? Nu vor fi capabili să vă răspundă. Și totuși, aceiași oameni de știință consideră drept certe anumite lucruri, care de fapt sunt simple speculații.

De îndată ce vor fi inițiate cercetări serioase cu privire la energia *Kundalini*, aceste mărețe construcții speculative, teoretice – dacă nu toate, atunci cel puțin marea lor majoritate – vor fi demolate. Se va descoperi că o aceeași energie a vieții animă toate creaturile care există pe Pământ. Este vorba despre o energie uimitoare și șocantă care nu poate fi cuprinsă cu mintea. Acesta va fi primul rezultat al investigațiilor despre *Kundalini*. Bineînțeles că oamenii de știință știu că există o conexiune clară între creier și organele sexuale. Cercetările științifice au arătat că există o zonă a creierului care, atunci când este stimulată, provoacă orgasmul. Prin urmare, oamenii de știință nu trebuie să caute prea departe, deoarece în toate cazurile în care a fost atinsă starea de iluminare, vor descoperi că energia se orientează ascendent. Orice fiziolog poate cuantifica aceasta într-un fel sau altul.

În timpul orgasmului, energia va imploda, nu va ieși în afară, deoarece ea este resorbită în interior. Există o modalitate de a evidenția acest lucru, cred că Reich a descoperit-o, deoarece atunci se produce o anumită descărcare de natură electrică, sau ceva de genul acesta, care coincide cu momentul orgasmului. Specialiștii pot observa clar că nu are loc niciun fel de emisie în exterior și că energia este canalizată în interiorul ființei și orientată ascendent. Nu consider că oamenii de știință mai au nevoie de dovezi suplimentare pentru a crede ceea ce afirm eu. Și aceasta nu se petrece doar cu mine. Pot să citez cel puțin zece cazuri sau chiar și mai multe, care

au existat în Occident, în care a fost observat acest fenomen al orgasmului interior, care nu este altceva decât preludiul trezirii energiei *Kundalini*.

Acest lucru se corelează în mod direct cu experiențele spirituale pe care le-au descris misticii de-a lungul istoriei, în toate tradițiile spirituale. Simbolismul se baza pe sexualitate și pe experiențe de natură sexuală. Dumneavoastră veniți cu ideea că există o corelație biologică ce explică experiența mistică, nebunia, misterele biologicului, misterele fizicii și cercetarea psihică. Acesta este un concept revoluționar, dar susțineți totuși că aveți indicii clare pentru știință cu privire la modul în care testarea și cercetarea se pot realiza în toate aceste domenii?

Am scris pe larg despre domenii și metode, ca și despre modificările ce pot apărea ca urmare a trezirii energiei *Kundalini*, dar acum a venit rândul oamenilor de știință să realizeze aceste experimente. În India s-a meditat asupra subiectului, ce experimente anume să se facă, și există în plus numeroase exemple în literatura mistică a Indiei pe care oricine o poate examina oricând.

Dar nu doar tradiția indiană vorbește despre acest subiect; informații interesante puteți găsi și în cărțile de taoism din China. Citiți literatura sufită și chiar și povestirile mistice occidentale și veți descoperi că ideile conexe cu sexualitatea și reprezentările de natură sexuală sunt îngemănate cu descrieri ale experiențelor mistice și ale stărilor în care a fost atins un înalt nivel de conștiință. Motivul este acela că această trăire, orgasmul, care se manifestă ca o culme a interacțiunii amoroase, se produce de asemenea și la nivelul creierului atunci când *Kundalini* se trezește – mai exact la nivelul lui *sahasrara*, centrul suprem al ființei – și continuă să se manifeste o anumită perioadă de timp. În final, în urma orgasmului, în ființă apare un izvor efervescent de fericire. Din acest motiv, experiența mistică este desemnată prin cuvintele *Sat Chit Ananda* – ceea ce înseamnă pură existență, pură conștiință și beatitudine nesfârșită. Acesta este izvorul efervescent al bucuriei. Substanța folosită este aceeași, fluidul seminal, dar acum ea este transformată în *ojas* sau radiație psihică și ea ne hrănește conștiința. Și astfel întreaga conștiință se transformă, iar ființa transformată înflorește, căci este conectată la o dimensiune superioară a vieții, o dimensiune care este plină de bucurie și lumină. Nimic nu mai este la fel după aceea.

VASTU SHASTRA

ȘTIINȚA INIȚIATICĂ SACRĂ A ARHITECTURII

„Fie ca lumina cea veșnică să facă plăcută și confortabilă această casă, care este construită cu măiestrie și știință și este măsurată și înălțată de către arhitecți învățați... Fie ca Indra și Agni, zeii nemuritori, să ocrotească această locuință, sălaș al lui Soma, construită cu rugăciune și proiectată de un înțelept." („Atharva Veda")

Vastu Vidya (știința arhitecturii sacre) este una dintre cele mai prețioase comori ale străvechii înțelepciuni indiene. Cuvântul *„vastu"* înseamnă „locuință", iar *„vidya"* înseamnă „știință", astfel că *Vastu Vidya* este știința proiectării și construirii armonioase a locuințelor, care își are originile în Vede, scripturile sacre ale Indiei. În Antichitate, *Vastu Vidya* a fost menținută secretă, fiind considerată o artă și o știință sacră. Ea a fost utilizată inițial pentru constucția templelor și a palatelor regale, privite ca veritabile centre ale lumii și ca focare de energie benefică, armonizatoare. Treptat, însă, principiile sale au fost aplicate și locuințelor umane obișnuite, care serveau totodată ca loc de rugăciune și de adorare a Divinului.

Vishvakarman este arhitectul divin al Universului, personificarea forțelor creatoare care leagă Cerul și Pământul

Străvechea știință arhitecturală, *Vastu Shastra*, este menționată pentru prima dată în *Stapatya Veda*, care este o parte din *Atharva Veda*. Această știință sacră s-a răspândit și în alte părți ale Asiei, inclusiv în Japonia, din ea derivând binecunoscutul sistem *Feng Shui*. *Vastu* este de asemenea menționat în textele stăvechi budiste; de altfel, Buddha afirmă că supravegerea muncii de construcție a clădirilor este una dintre îndatoririle unui călugăr. *Vastu Vidya* își propune să realizeze un echilibru între locuință (văzută ca un Microcosmos) și Univers (înțeles ca Macrocosmos), menit să asigure sănătatea, prosperitatea și fericirea ființei umane. În conformitate cu *Vastu Vidya*, există subtile corespondențe analogice între exteriorul și interiorul ființei, deoarece energiile care guvernează Elementele precum Aerul și Focul sunt aceleași care controlează organele trupului uman. În acest sens, *„Brihadaranyaka Upanishad"*

afirmă limpede analogia și unitatea structurală a întregii Creații: „Precum este Microcosmosul, așa este și Macrocosmosul, precum este atomul, așa este și Universul, precum este trupul uman, așa este și trupul cosmic". Este cât se poate de clar că omul modern a pierdut percepția acestei legături și, odată cu ea, controlul forțelor care guvernează Universul. Numai așa se poate explica alienarea omului și distrugerea delicatului eco-sistem al Pământului.

În scrierile *Vastu Shastra* se afirmă că Pământul este susținut de o rețea de linii de forță, dintre care unele îl parcurg de la Nord la Sud, pe longitudine, iar altele, perpendiculare pe primele, îl parcurg de la Est la Vest, pe latitudine. Fluxul unidirecțional, geomagnetic de la Nord la Sud este numit *jaivik urja*, în vreme ce fluxul dinamic, solar de la Est la Vest se numește *pranik urja*. Astăzi se știe că aceste câmpuri de forță geomagnetice influențează vibratoriu ființa umană, căci fiecare celulă a trupului acționează ca un rezonator, care preia și modulează specific energia din exterior.

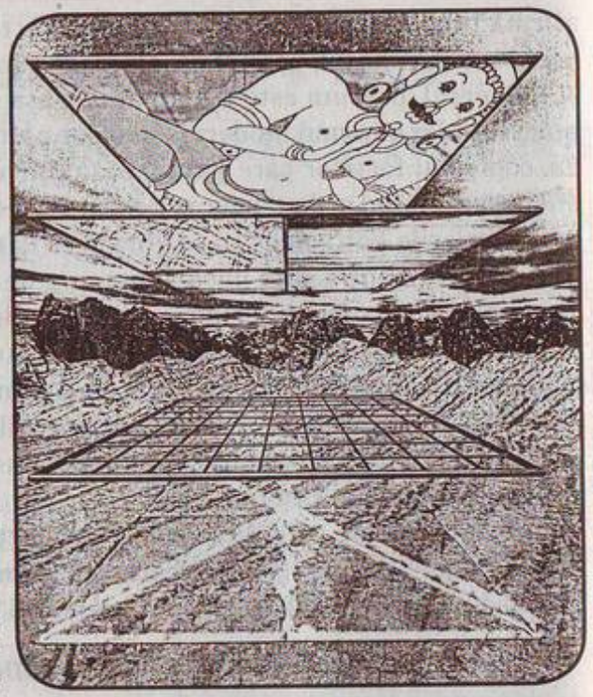
În conformitate cu *Vastu Shastra*, proporția și măsura stau la baza oricărei forme, astfel că armonia și perfecțiunea formei, ca reflectare a perfecțiunii și a frumuseții Universului, aduc Microcosmosul în consonanță cu Macrocosmosul.

Vastu purusha mandala

Planul arhitectural folosit în *Vastu* se numește *Vastu Purusha Mandala* și este de fapt o *yantra* care reflectă analogic la nivelul Pământului energiile

VASTU PURUSHA MANDALA: *Omul cosmic își proiectează energiile în cadrul matricial al Pământului, reprezentat ca un pătrat, ce captează astfel influența subtil-spirituală a forțelor divine, care sunt precizate pentru fiecare subdiviziune prin numele lor sanscrit. Rețeaua de Pătrate poate fi de 8x8 (folosită în cazul caselor unei mici colonii), 9x9 (precum cea de mai sus, utilizată pentru locuințe obișnuite sau chiar palate) sau 10x10 (destinată clădirilor înalte sau templelor).*

cosmice. *Purusha*, Omul cosmic – reprezentat întotdeauna ca fiind înscris într-un pătrat și stând cu fața în jos, spre Pământ, și cu spatele la Cer, cu trupul aliniat pe direcția Nord-Vest/Sud-Est și cu capul la Sud-Est – este de fapt întruparea, proiecția antropomorfă a forțelor cosmice divine fundamentale la nivelul Pământului. Astfel, prin intermediul structurii sale de forță esențiale, *Vastu Purusha*, locuința intră în acord rezonant cu întreagul Univers și este susținută de vibrația armonică a tuturor forțelor cosmice divine.



Acest desen reprezintă orientarea cu fața în jos a lui Vastu Purusha, rețeaua de Pătrate în care se proiectează forțele divine și direcțiile cardinale.

În același mod în care sufletul sălășluiește în trup, și casa devine trupul lui *Purusha*, care este orientat cu fața în jos, spre Pământ, dacă noi privim în sus spre el. Pentru ca o casă să fie cu adevărat vie și însuflețită, fiecare parte a sa trebuie vitalizată. Aceasta se realizează prin anumite ritualuri de consacrare, efectuate înainte de începerea propriu-zisă a construcției, mai întâi la fixarea ușii de la intrare, apoi după încheierea construcției și, în sfârșit, la mutarea efectivă în casă. Casa este binecuvântată de către oficiantul ritualului, corespunzător tuturor direcțiilor esențiale ale Spațiului: „Din direcția estică, invoc binecuvântarea divină pentru bunăstarea acestei case. Slavă puterilor dumnezeiești, în veacul vecilor! Din direcția sudică, din direcția vestică, din direcția nordică, din adâncimile de dedesubt și din înălțimile de deasupra, invoc binecuvântarea divină spre bunăstarea acestei case. Slavă puterilor dumnezeiești, în veacul vecilor!"

Regenții divini ai Spațiului

Cele opt direcții în plan, patru cardinale și patru intermediare, sunt asociate în tradiția indiană cu opt aspecte sau sfere de forță ale Divinului, numite guvernatori sau regenți (numiți în sanscrită „*Vasu*" , care înseamnă „ceea ce cuprinde și conține"). Fiecare regent are atribute și calități care acționează în mod specific atât la nivel macrocosmic, cât și la nivel microcosmic, influențând prin corespondență analogică (*rezonanță ocultă®*) viața omului.

NORD-VEST
Guvernator: Nirtti.
Atribute: venituri, longevitate, faimă.
Zonă de proiecție funcțională: dormitor mare, baie, birou, cămară.
Element subtil: Pământ

NORD
Guvernator: Yama.
Atribute: lege divină și justiție.
Zonă de proiecție funcțională: dormitor, cămară.

NORD-EST
Guvernator: Agni.
Atribute: forță interioară, sănătate.
Zonă de proiecție funcțională: bucătărie, vatră, echipament electric.
Element subtil: Foc

VEST
Guvernator: Varuna.
Atribute: fertilitate, renaștere și înnoire.
Zonă de proiecție funcțională: cameră de zi, bibliotecă.

EST
Guvernator: Indra.
Atribute: fertilitate, renaștere și înnoire.
Zonă de proiecție funcțională: baie, camera copiilor.

SUD-VEST
Guvernator: Vayu.
Atribute: Aer subtil, comunicare, viață socială, afaceri.
Zonă de proiecție funcțională: sufragerie, cameră de oaspeți, baie.
Element subtil: Aer

SUD
Guvernator: Kubera.
Atribute: bogăție, carieră.
Zonă de proiecție funcțională: bibliotecă, tezaur.

SUD-EST
Guvernator: Soma.
Atribute: Elixirul nemuririi, cunoaștere, bogăție spirituală.
Zonă de proiecție funcțională: cameră de meditație, altar.
Element subtil: Apă

Estul este guvernat de zeul *Indra*, conducătorul regenților și regele zeilor. Portretizat ca având pielea aurie și purtând un trăznet simbolic, el are drept vehicul animal un elefant. Estul este, în conformitate cu *Vastu*, direcția principală, punctul cardinal al începutului, toate celelalte puncte urmând în sens orar, oglindind mișcarea zilnică a Soarelui. În unele surse, Estul este asociat cu *Aditya*.

Nord-Estul e guvernat de *Agni*, zeul Focului. El reprezintă energia ascunsă din toate lucrurile și are puterea de a conferi iluminarea interioară și exterioară. Reprezentat ca veșnic tânăr, el este masculin și roșu la culoare, având trei capete înflăcărate, trei picioare, șapte brațe și o ghirlandă de fructe în jurul gâtului. *Agni* este purtat între lumea zeilor și cea a muritorilor de către vehiculul său simbolic, berbecul.

Nordul este guvernat de zeul *Yama*, răspunzător de Justiția divină, stăpânul vieții și al morții.

Nord-Vestul este asociat cu teribila *Nirriti*, zeița distrugerii și stăpâna demonilor. Caracteristice regatului său sunt jocurile de noroc, sărăcia, somnul, spiritele nopții.

Vestul e guvernat de zeul *Varuna*, reprezentat călare pe un monstru marin, pe jumătate pește și pe jumătate antilopă. El guvernează lumea invizibilă și este stăpânul oceanului și a tot ceea ce este ascuns și misterios. Puterea sa este mai ușor de perceput noaptea.

Sud-Vestul este guvernat de *Vayu*, numit în unele surse și *Pavana*, care este stăpânul vântului (Aerul subtil) și mesagerul zeilor. El este prieten cu *Agni*, pe care îl întărește și îl ajută și este reprezentat ca un bărbat puternic, cu pielea albă, care călărește o antilopă și poartă un arc și o săgeată. Puterea sa este atât de mare, încât poate distruge arbori și munți cu aceeași ușurință.

Sudul este guvernat de zeul *Kubera*, reprezentat ca un pitic cu trei picioare și opt dinți. El păzește comorile de metale și pietre prețioase, este reprezentat purtând podoabe și bijuterii prețioase și locuiește, după anumite tradiții, în Himalaya, munți cu multe rezerve de minereuri.

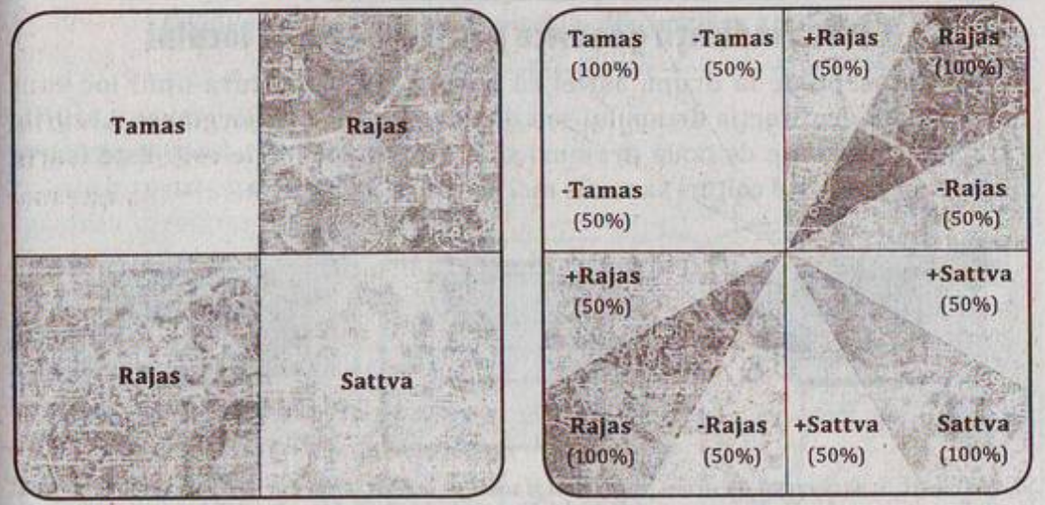
Sud-Estul este guvernat de *Soma*, zeul nectarului divin – elixirul nemuririi.

Centrul Spațiului este guvernat de *Brahma*, Creatorul Universului.

Cele trei aspecte divine esențiale și cele trei *guna*

Creația întreagă sau Natura este numită *Prakrti* în sanscrită și, în conformitate cu scripturile vedice, desfășurarea ei este guvernată de trei principii subtile. Aceste trei forțe sau tendințe universale sunt numite *guna* și sunt desemnate prin termenii *sattva*, *rajas* și *tamas*. Într-o primă abordare, *sattva* este forța pozitivă, pură a echilibrului, *tamas* este puterea negativă a inerției și ignoranței, iar *rajas* este tendința spre expansiune și pasionalitate, care se exprimă prin mișcarea între polii *sattva* și *tamas*, prin acțiune și transformare. *Sattva* este considerată predominantă în perioadele de limpezime, bucurie și echilibru, *rajas* corespunde perioadelor de activitate și dinamism și emoțiilor puternice, iar *tamas* — somnului, inerției, torpoarei și lenei. Vechii înțelepți cărora li s-a revelat știința sacră a arhitecturii, *Vastu Vidya*, au descoperit modul în care operează cele trei *guna* în spațiul casei și relația lor cu direcțiile cardinale. În diagrama de mai jos,

Trimurti este reprezentarea indiană a Triadei aspectelor divine: Brahma, Vishnu, Shiva.

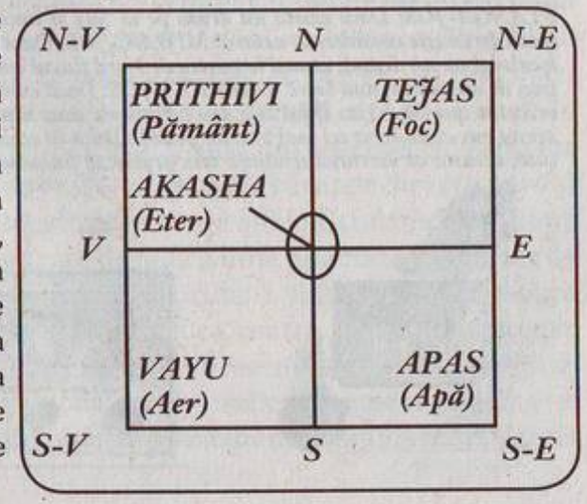


Aceste două diagrame indică modul în care se proiectează cele trei tendințe fundamentale ale manifestării după direcțiile cardinale principale (stânga) și intermediare (dreapta).

sectorul de Sud-Est este zona de proiecție a lui *sattva guna*. Cu cât este menținut mai curat, cu atât mai mult este amplificată energia limpezimii și clarității în casă. În schimb, sectorul de Nord-Vest al casei primește cea mai puțină lumină și corespunde tendinței *tamas*, fiind potrivit pentru somn; aceasta este zona în care se recomandă plasarea obiectelor grele, cum ar fi mobila. Cele două sectoare rămase, cel de Sud-Vest și cel de Nord-Est, sunt considerate *rajas* și sunt destinate activităților precum gătitul, mâncatul sau conversația. Împărțirea se poate nuanța mai mult, dacă este nevoie, după cum indică diagrama a doua.

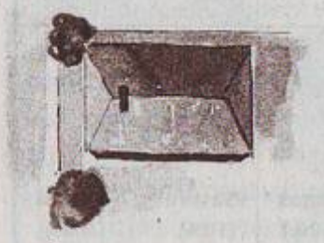
Cele cinci Elemente subtile și direcțiile spațiului

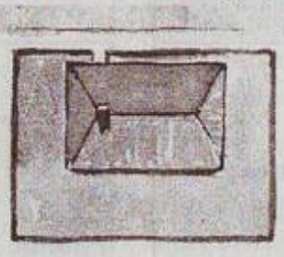
Considerate de toate tradițiile spirituale ca fiind substanțele subtile din care este plămădită Lumea, cele cinci Elemente își manifestă și ele predominanța în funcție de direcțiile cardinale, în conformitate cu diagrama alăturată, pe care o oferă tradiția vedică a arhitecturii sacre indiene. Corelațiile inteligente și aplicarea corectă a diagramei vor contribui la adecvarea funcționalităților casei și împărțire încăperilor în deplină conformitate cu ordinea și cu ritmurile cosmice.

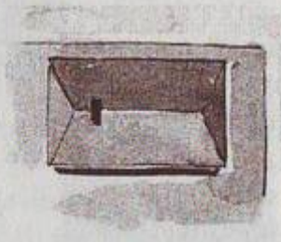


Câteva indicații generice pentru alegerea locului

Vastu începe de la drum, astfel că natura și încărcătura unui loc sunt determinate de direcția drumului sau drumurilor care îl mărginesc. Locurile care sunt mărginite de două drumuri sunt numite locuri pe colț. Este foarte important ca aceste colțuri să nu fie nici rotunjite, nici tăiate.

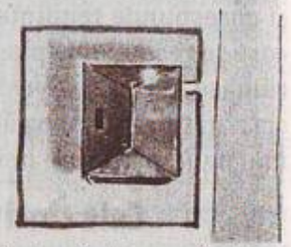




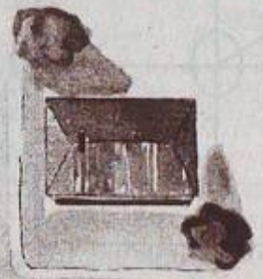


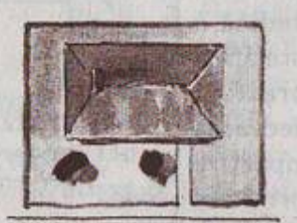
ȘTÂNGA-SUS: dacă există un drum pe la Nord și unul pe la Vest, locul este orientat spre Nord-Vest. In conformitate cu Vastu Vidya, zona de Nord-Vest trebuie să fie blocată, astfel ca zona să nu fie vulnerabilă la influențe malefice. Aceasta este o localizare nefavorabilă pentru locuit, dar ar putea fi una bună pentru afaceri. Dacă drumurile sunt situate mai jos decât terenul, este favorizată tendința spre boală, accidente și acțiuni criminale, astfel că locul trebuie evitat. MIJLOC-SUS: dacă locul este orientat spre Nord (prin partea de Nord a locului trece un drum), pot apărea unele neajunsuri. Este necesară o atenție deosebită din partea specialistului Vastu, mai ales dacă drumul este situat mai jos decât casa. DREAPTA-SUS: dacă există un drum pe la Nord și unul pe la Est, locul este orientat spre Nord-Est. Aceasta este o localizare bună și îndeosebi favorabilă pentru organizațiile de femei.

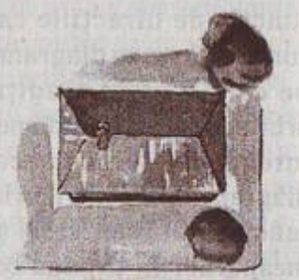
STÂNGA-CENTRU: dacă locul este orientat spre Vest (prin partea de vest a locului trece un drum), partea de Sud și de Est sunt blocate și locul este considerat neutru. DREAPTA-CENTRU: dacă locul este orientat spre Est (prin partea de Est a locului trece un drum), atunci partea de Est nu va fi obstrucționată de alte proprietăți, permițând influența Soarelui dimineții. Această localizare este benefică.



STÂNGA-JOS: Dacă există un drum pe la Sud și unul pe la Vest, locul este orientat spre Sud-Vest și localizarea este considerată neutră. MIJLOC-JOS: Dacă locul este orientat spre Sud (prin partea de Sud a locului trece un drum), atunci în partea de Nord fluxul energiei cosmice va putea curge liber și poziționarea este, de asemenea, una bună. DREAPTA-JOS: Dacă există un drum pe la Sud și unul pe la Est, locul este orientat spre Sud-Est. Dacă cele două drumuri sunt situate mai jos decât locul sau la același nivel cu el, acesta este considerat cel mai bun loc posibil. Dacă în schimb drumurile sunt situate mai sus decât locul de casă, aceasta va accentua tendința spre probleme financiare sau probleme cu fertilitatea pentru ocupanți.

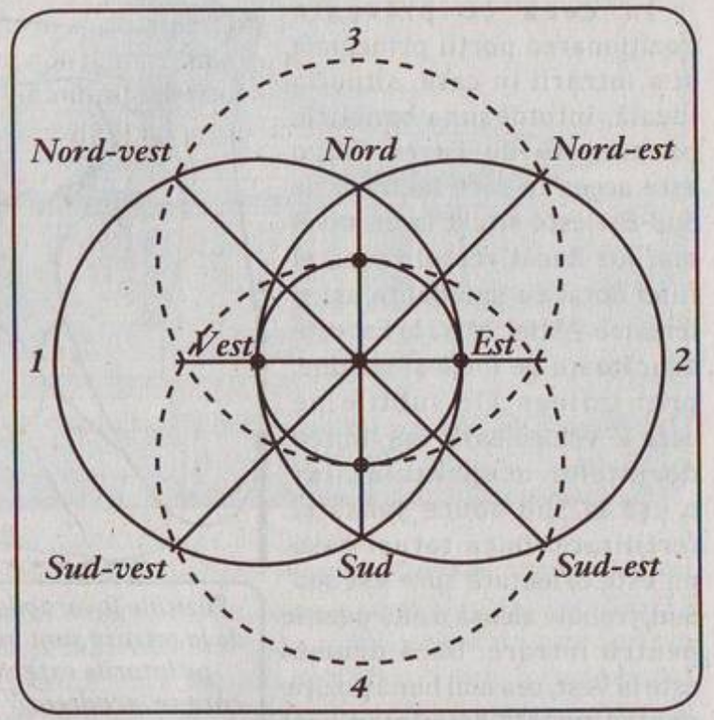






Găsirea practică, pe teren, a direcțiilor cardinale

În vechime, în India era folosită o metodă numită *shanku stambhana* pentru găsirea direcției Nord-Sud. *Shanku* înseamnă băț (gnomon), iar *stambhana* înseamnă a fixa, a potrivi. *Shanku* este o baghetă din fildeș, lemn de santal sau alt lemn de esență tare, de lungime 45 cm, cu diametrul de 19 mm la vârf și 6mm la bază. Gnomonul era fixat în pământ, în centrul unui Cerc cu diametrul de două ori înălțimea lui, trasat în teren cu ajutorul unei simple sfori! Centrul Cercului (figurat de noi cu negru), în care se află gnomonul fixat vertical, trebuie să se suprapună cu ombilicul (*nabhi*-ul) lui *Vastu Purusha* și totodată cu centrul locului ales pentru casă.

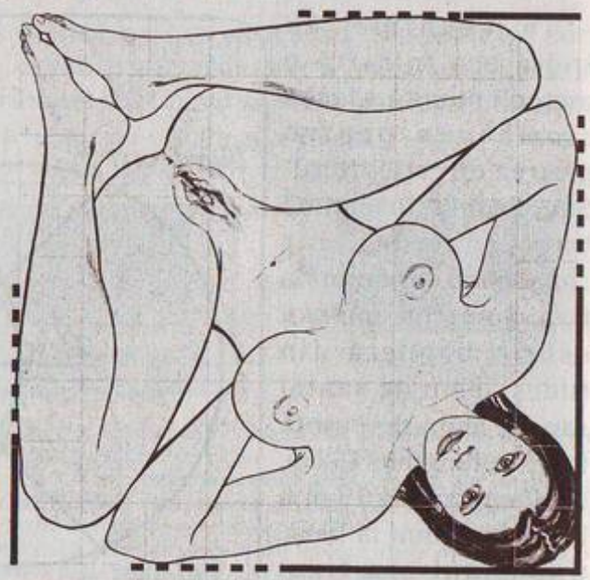


Metoda shanku stambhana pentru găsirea direcției Nord-Sud.

La răsăritul și la apusul Soarelui sau la două intervale egale înainte și după prânz, umbra gnomonului atinge Cercul figurat de noi cu linie neagră în două puncte, care indică estul și vestul. Se trasează apoi două Cercuri mai mari (numerotate 1 și 2 și figurate de noi cu linie roșie continuă), care au centrele în precedentele puncte corespunzătoare Estului și Vestului. Intersecțiile acestor două Cercuri, numite „capul și coada peștelui", dau adevăratele direcții nord și sud. Direcțiile intermediare sunt localizate în mod analog, trasând încă două Cercuri (numerotate cu 3 și 4 și figurate de noi cu linie punctată roșie), iar de această dată punctele de intersecție ale Cercurilor 1 și 2, corespunzătoare direcțiilor cardinale Nord și Sud sunt folosite ca centre ale noilor Cercuri. Intersecțiile Cercurilor 1 și 2 cu Cercul 3 dau direcțiile Nord-Vest și Nord-Est, iar intersecțiile Cercurilor 1 și 2 cu Cercul 4 indică direcțiile Sud-Vest și Sud-Est. Se mai fac unele ajustări, în funcție de momentul anului și declinația Soarelui.

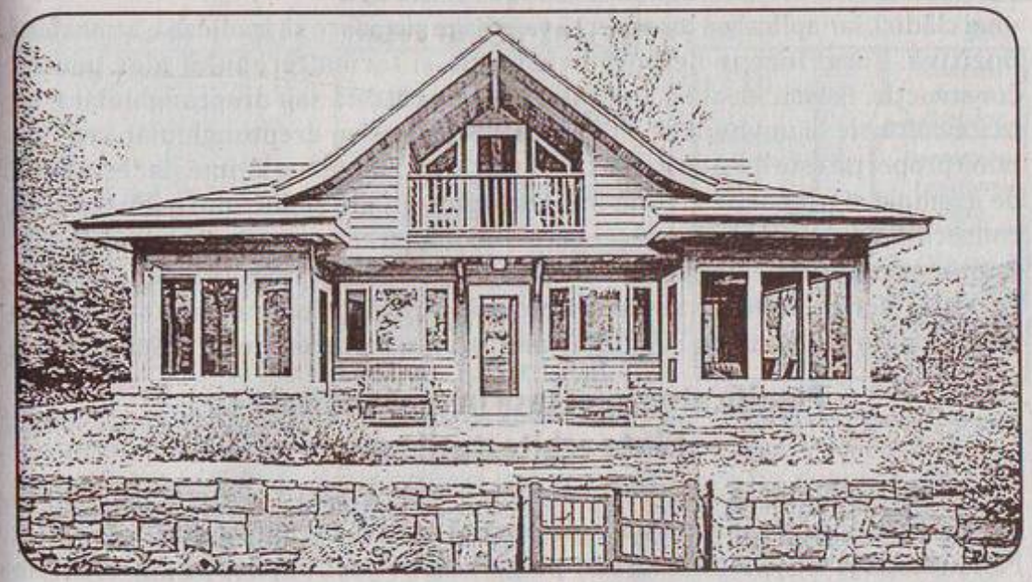
Poziția intrării în casă

În ceea ce privește poziționarea porții principale și a intrării în casă, situația ideală, întotdeauna benefică, prezentată de *Vastu Vidya* este aceea în care sectorul de Sud-Est este situat la un nivel mai jos decât restul casei, el fiind dotat cu mai multe uși și ferestre. Astfel, o ușă la Est este aducătoare de forță și susține, prin influențele subtile pe care le vehiculează, împlinirea dorințelor ocupantului, iar o ușă la Sud aduce șansă și fertilitate. Dacă totuși casa nu este orientată spre Est sau Sud, trebuie aleasă o altă poziție pentru intrare. Dacă drumul este la Vest, cea mai bună poziție pentru poartă este între Vest și Sud-Vest. Dacă drumul este la Nord, atunci cel mai bun loc pentru intrare este colțul de Nord-Est. Poziția ușii de la intrare în raport cu poarta sau cu intrarea principală este importantă: de preferință, ușa de la intrare a casei sau a apartamentului ar trebui să fie orientată în aceeași direcție ca și poarta, pentru a obține beneficiile respectivului punct cardinal. Este recomandată lipsa obstacolelor în fața porții (sau măcar un spațiu minim până la ea, în condițiile unui oraș aglomerat), pentru că ele obstrucționează curgerea energiei. De asemenea, trebuie evitată situația în care un drum este orientat ca o săgeată spre proprietate; remediul într-o situație inevitabilă este mutarea porții ceva mai departe de drum sau folosirea unei *yantra* de protecție. În mod frecvent, în India se cultivă o specie de busuioc (*tulsi, Ocimum sanctum*) în fața casei, tradiția considerându-l o plantă sfântă și atribuindu-i puterea de a proteja ființa împotriva forțelor malefice. Până și noroiul de la rădăcină este considerat destul de puternic pentru a alunga demonii.



Pozițiile favorabile pentru plasarea ușii de la intrare sunt indicate cu linie continuă, pe laturile exterioare ale Pătratului în care se încadrează Vastu Purusha. Pozițiile evidențiate cu linie întreruptă sunt considerate neutre, iar cele rămase sunt nefavorabile.

Cărarea care conduce de la poartă la casă trebuie să fie eliberată de orice obstacole, precum tufișuri, pietre mari etc. În cazul în care cărarea este la Sud-Est, ea trebuie să fie mai largă la intrare și să se îngusteze spre casă. Dacă, în schimb, cărarea este situată la Nord-Est, ea va trebui să facă meandre până



la ușa de la intrare și să aibă peste tot aceeași lățime.

Ușa de la intrare este asociată cu gura lui *Purusha*. Deoarece gura este cel mai mare orificiu al trupului uman, prin analogie, ușa de la intrare trebuie să fie cea mai mare din întreaga casă. Ideal este ca ea să fie orientată spre Sud sau spre Est și să fie precedată de câteva scări. Ușa nu va fi sub nicio formă plasată în mijlocul peretelui, ci mai mult spre colțul de Sud-Est. Dacă totuși ușa este la Nord sau la Vest, este mai bine să fie la nivelul solului. Ușile a două apartamente nu trebuie să fie direct opuse, căci curentul energetic subtil care se declanșează favorizează confruntarea între vecini. În același mod, nici ușile a două camere nu trebuie să fie situate în opoziție.

Despre proporțiile elementelor casei

În ce privește despre proporțiile ușii de la intrare, se consideră că în cazul unei uși de înălțime egală cu lățimea, ea aduce vibrația păcii. Dacă înălțimea este de 1,25 = 5/4 ori lățimea, conferă putere și aduce prosperitate; dacă înălțimea este 1,5 = 3/2 ori lățimea, aduce bucurie; dacă înălțimea este de două ori lățimea (raport 2/1), ea este minunată din toate punctele de vedere. În conformitate cu recomandările din *Vastu Shastra*, ușa trebuie să fie construită din materiale de bună calitate, preferabil lemn, nu metal, căci acesta din urmă aduce o influență saturniană, limitatoare și apăsătoare. Se consideră că este bine ca numărul ușilor din casă să fie par.

Proporția este cunoscută ca *mana* în *Vastu* și este unul dintre principiile fundamentale ale arhitecturii: „Când casa este construită respectând în mod strict măsura și proporțiile, ea devine sălașul zeilor." („*Mayamata*")

Simetria și proporția sunt considerate esențiale pentru eleganța și frumusețea

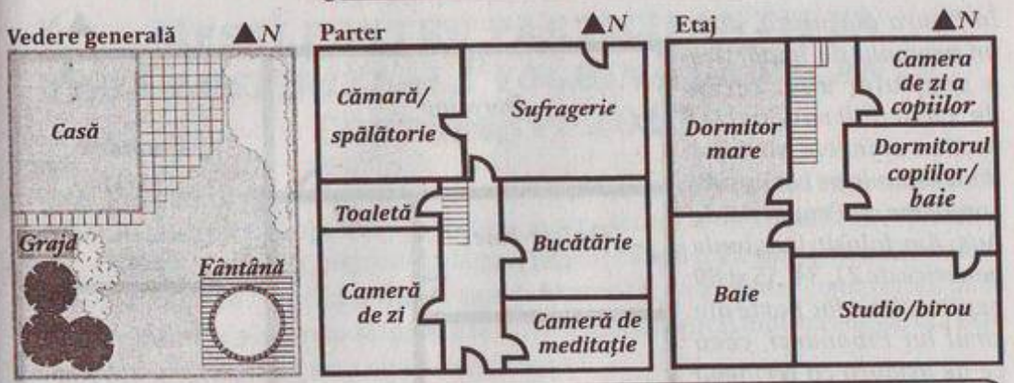
unei clădiri, iar aplicarea lor corectă va atrage și va face să iradieze o atmosferă pozitivă. Totul începe de la dimensiunile și forma terenului ales pentru construcție. Forma ideală a acestuia este cea pătrată sau dreptunghiulară, cu toate colțurile la unghiuri de 90°. În cazul unui teren dreptunghiular, cea mai bună proporție este dată de Raportul de Aur între lungime și lățime, dar este bună de exemplu și proporția 2:1 sau 3:2, corespunzătoare raportului a doi termeni consecutivi din șirul lui Fibonacci, care tinde, după cum știm, la Numărul de Aur. Înălțimea pereților exteriori trebuie să fie 4/3 din înălțimea ușii de la intrare. Pereții la Nord și la Vest trebuie să fie, după prescripțiile scrierilor tradiționale de arhitectură indiană, cu 30cm mai înalți și ceva mai groși decât la Sud și la Est.

Planificarea unei case în conformitate cu știința arhitecturii sacre

Știința tradițională a arhitecturii sacre (*Vastu Vidya*) a prescris împărțirea casei și funcțiile corespunzătoare ale fiecărei camere în conformitate cu rotația Pământului și cu poziția Soarelui pe parcursul zilei. Înțelepții din vechime considerau că ființa umană este predispusă spre anumite activități, depinzând de momentul zilei, astfel că au gândit și proiectat diferitele părți ale casei în armonie cu mișcarea Soarelui și cu ciclul uman diurn. Cele 24 de ore au fost împărțite la 8, numărul direcțiilor cardinale și intercardinale. Natura fiecărei activități reflectă calitățile geomagnetice și funcționale ale direcției corespondente, luând în considerare că Soarele răsare la Est, se mișcă spre Sud și apune la Vest, luminând și dinamizând astfel diferitele zone ale casei. Orientarea necorespunzătoare a locuințelor produce astfel un dezacord cu desfășurarea firească a direcțiilor și a energiilor, care provoacă apoi, în timp, perturbări și predispoziții nefavorabile în sfera activității și sănătății umane.

Perioada între ora 3 și 6 dimineața, imediat înaintea răsăritului, este numită *Brahma muhurta*. Soarele este situat în acest interval în partea Sud-Estică a casei. Aceste ore liniștite sunt ideale pentru practica yoga, meditație și studiu.

În perioada dintre 6 și 9 dimineața, Soarele se află în partea estică a casei, ceea ce permite absorbția razelor benefice ultra-violete. Acesta este momentul favorabil pentru baie și pregătitor pentru întreaga zi, astfel că direcția Est este foarte bună pentru localizarea camerei de baie (fără WC). Perioada dintre 9 și 12 este cunoscută sub numele de *Surya Bhagavan*, când ziua începe propriu-zis și începe să ne fie foame. În acest interval, Soarele se află în partea de Nord-Est a casei, localizarea cea mai favorabilă pentru bucătărie, care poate primi lumina și căldura cea mai puternică din cursul zilei de la Soare, ceea ce permite menținerea ei uscată și igienică, în ciuda apei și a aburilor, prezente din belșug.



Iată un posibil model pentru o casă cu două niveluri (am urmărit doar evidențierea plasamentului elementelor funcționale și nu proporțiile lor). Este recomandată plasarea casei în așa fel încât să rămână cât mai mult spațiu liber spre Sud și spre Est, pentru a permite pătrunderea influențelor spirituale asociate cu Sud-Estul; în schimb, se va lăsa cât mai puțin spațiu la Nord-Est, eventual chiar se va ridica un zid la limita de sud-vest a proprietății, pentru a bloca influențele negative tradițional asociate cu această direcție. În mod ideal, bucătăria trebuie plasată la Nord-Est, în zona corespunzătoare Focului subtil și lui rajas guna și cât mai departe de ușa de la intrare. Sufrageria ar trebui plasată la Vest, sau cel puțin în partea de Vest a bucătăriei. Locul cel mai bun pentru dormitorul mare sau măcar pentru locul de dormit este la Nord-Vest (variante bune: la Nord sau la Vest), beneficiind astfel de influența Elementului subtil Pământ și a lui tamas guna, corespunzătoare inactivității și somnului. Baia poate fi plasată la Nord-Vest (în zona genitalelor lui vastu purusha și în vecinătatea dormitorului), la Sud-Vest sau la Est (în acest caz, fără toaletă). Pentru camera de zi este adesea recomandat Vestul, deși orice direcție este bună, dacă această cameră ocupă o parte din centrul casei.

Acesta este, de asemenea, momentul cel mai bun pentru pregătirea hranei.

Între 12 și 15, perioadă numită *Vishranti*, este timpul pentru odihnă. Soarele este acum localizat în partea de Nord, locul ideal pentru un dormitor.

Între 15 și 18 este perioada favorabilă pentru studiu și lucru. Soarele se află acum în partea de Nord-Vest a casei, locul ideal pentru o bibliotecă sau un birou.

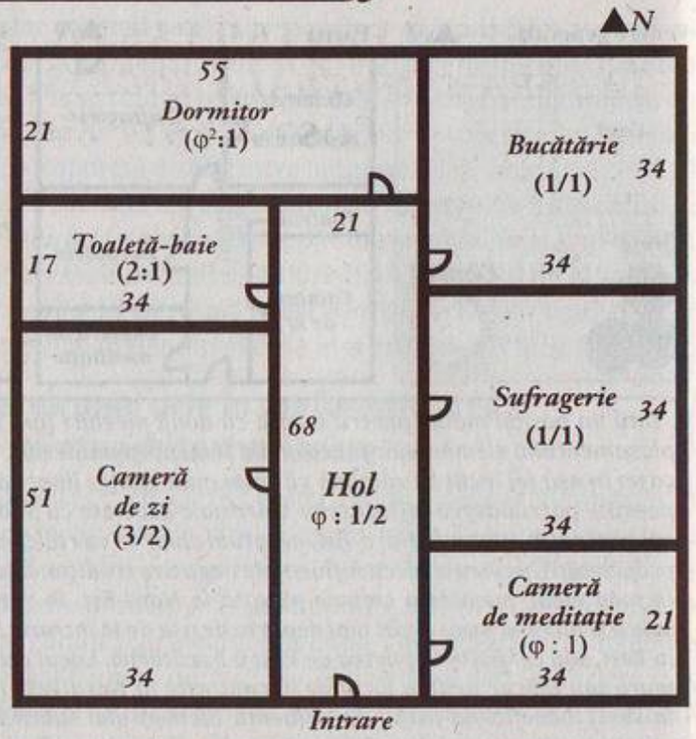
Între 18 și 21, Soarele se află în partea de Vest a casei; acest interval este potrivit pentru masă, citit sau șezut. Vestul este cea mai bună localizare pentru sufragerie și camera de zi.

În mod tradițional, Nord-Vestul era locul unde se ridica staulul pentru vaci. Intervalul dintre 21 și 12 era cel destinat îngrijirii animalelor. Practicienii moderni ai științei *Vastu Vidya* recomandă Nord-Vestul ca un loc bun pentru un alt dormitor.

Perioada dintre 12 și 3, când Soarele este în sectorul sudic, este timpul întunericului și al tainelor. Sudul este locul care oferă cea mai bună protecție pentru comori și valori, care pot fi ascunse aici.

Iată cum descrie un străvechi text *Vastu* împărțirea ideală a casei: „Baia trebuie să fie la Est, Nord-Estul este locul pentru bucătărie, Nordul este pentru

În figura alăturată, dăm un exemplu de împărțire a spațiului unui teren de casă Pătrat, astfel încât camerele să aibă dimensiunile pe cât posibil conforme cu Proporția de Aur. Am folosit lungimile generice de 21, 34, 55 și 89 pentru că ele fac parte din șirul lui Fibonacci, ceea ce ne asigură că termenii consecutivi sunt în Raport de Aur. De exemplu, 34/21= 1,619..., 55/34= 1,617..., 89/55=1,618. În acest mod, aproximăm mulțumitor Raportul de Aur prin rapoarte de numere întregi. Dacă lungimea laturii Pătratului este pe teren de 15m, putem afla latura bucătăriei din modelul nostru ideal calculând 34/89 din 15m, ceea ce ne conduce la mărimea de 5,730m. Se va lua în considerare și grosimea pereților, care va fi folosită ca modul, toate celelalte mărimi fiind multipli ai acestui modul. Pentru precizie mai mare, subdiviziunile se calculează prin împărțire cu 1,618. Astfel, latura bucătăriei din exemplul de mai sus va fi de 15/φ²=15/2,618=5,729m.



dormitor, Nord-Vestul pentru garderobă sau toaletă, Sud-Vestul pentru staulul vitelor. Tezaurul va fi plasat la Sud, iar camera de rugăciune la Sud-Est".

Vastu afirmă că atunci când clădirile și formele geometrice reflectă analogic principiile și forțele cosmice, ele devin parte integrantă a Universului, vibrând în armonie cu el, ceea ce are un efect direct și benefic asupra locuitorilor. Știința arhitecturii tradiționale deține cheia secretă, chiar dacă încă neexplicată pe deplin în mod științific, de reacordare și realiniere a ambientului uman la legile Cosmosului, ținând seama de energia văzută și nevăzută a Soarelui și a Lunii, de mișcarea corpurilor celeste, de direcțiile Spațiului, de cele trei *guna*-uri, de proporții, de câmpul magnetic al Pământului și de gravitație. Am putea spune că, deși această știință are o vechime de cel puțin 5.000 de ani, ea oferă o abordare cât se poate de modernă, holistă asupra proiectării și construcției caselor, care ar putea revoluționa, în viitorul apropiat, lumea în care trăim.

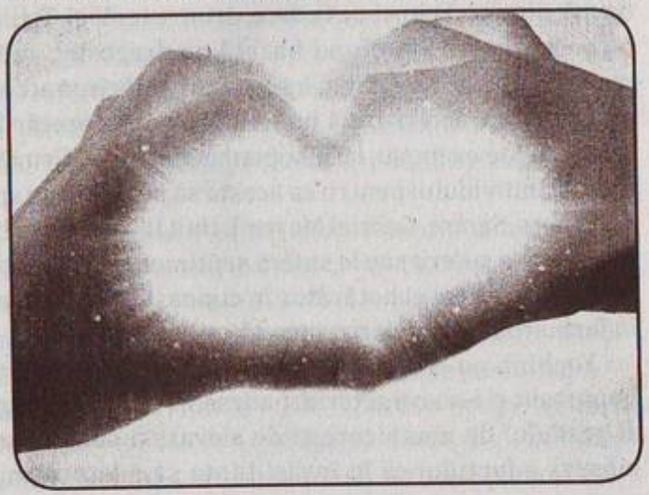
(adaptare după lucrarea „Numărul de aur - Misterele dezvăluite ale numărului cel tainic al Marii Puteri Cosmice Tripura Sundari" - profesor yoga Gregorian Bivolaru)

MESAJ PENTRU PARTICIPANȚII LA *TABĂRA SPIRITUALĂ YOGHINĂ DE VACANȚĂ®* COSTINEȘTI 2011

Mai ales pentru yoghini, iubirea adevărată este o energie tainică ce provine de la Dumnezeu și ea face să apară în universul nostru lăuntric un sentiment copleșitor, divin care face cu putință, pentru acela (sau aceea) care îl trăiește plenar, să resimtă o inefabilă dilatare euforică a ființei sale și, totodată, a câmpului conștiinței, de la finit către infinit. Ceea ce caracterizează în mod fundamental iubirea adevărată este faptul că, permanent, ea este opusul egoismului.

Iubirea este resimțită intens de ființa umană sub forma unui sentiment esențialmente unificator, profund euforic, copleșitor, nuanțat, moral-estetic. Iubirea se manifestă mai ales prin aspirația sublimă, dezinteresată, profund transfiguratoare și pătrunsă de abnegație către obiectul său: o ființă umană de sex opus care ne atrage, o anumită persoană asupra căreia resimțim spontan imboldul să ne revărsăm în mod detașat afecțiunea, sau chiar o colectivitate, o idee ori o valoare, o activitate. Nașterea, persistența și dezvoltarea acestui sentiment profund unificator, euforic, care în esența sa este divin și beatific, și dezvoltarea acestui sentiment atunci când el se manifestă divers nuanțat, de la o ființă umană la alta, în sfera sa individuală (care este aproape unică, fiind diferită de la un om la altul) este intim legată de formarea și cristalizarea personalității.

Iubirea dintre sexe vizează, prin transfigurare amoroasă profundă și adorație, fuziunea complementară inefabil unificatoare pe toate planurile (inclusiv cel fizic-sexual) cu o anumită ființă umană aflată în plenitudinea sa fizică, vitală, psihică, morală și intelectuală, care îi apare aceluia sau aceleia care o iubește intens în frumusețea individualității sale unice și irepetabile, fiind tocmai din această cauză (pentru acela sau aceea care iubește) generatoare de o imensă fericire autentică, numai în această calitate. Natura și rolul uriaș îndeplinit permanent de iubire, atunci când aceasta este intens și cu adevărat liber manifestată în viața oamenilor, au primit în decursul timpului interpretări variate. Una dintre cele mai străvechi interpretări ale iubirii este cea cosmologică-mitologică, în care iubirea apare ca o nesfârșită forță euforică,



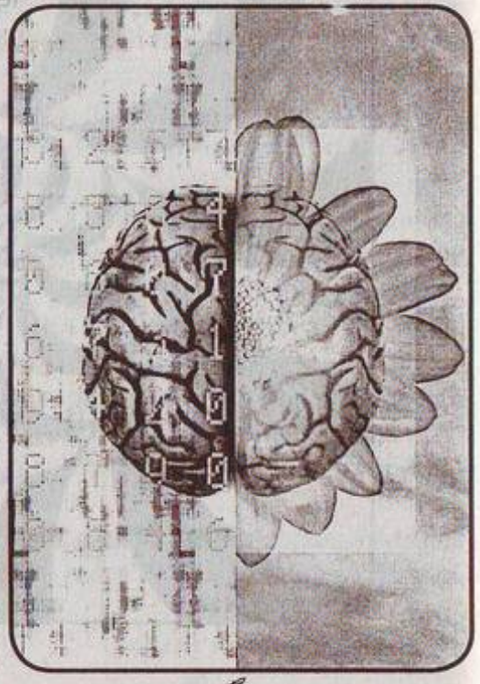
SINESTEZIA

UN FENOMEN PERCEPTIV CE SE SITUEAZĂ LA GRANIȚA DINTRE NORMAL ȘI PARANORMAL

Termenul „sinestezie" provine din cuvântul grecesc „*syn*", care înseamnă „uniune", „alăturare", „împreunare" sau „contopire" și termenul „*aisthesis*", care înseamnă „senzație" sau „percepție". Fenomenul adeseori neobișnuit al sinesteziei se referă la toate acele situații particulare în care se produce un proces de unificare a două sau mai multe tipuri de senzații sau de percepții senzoriale.

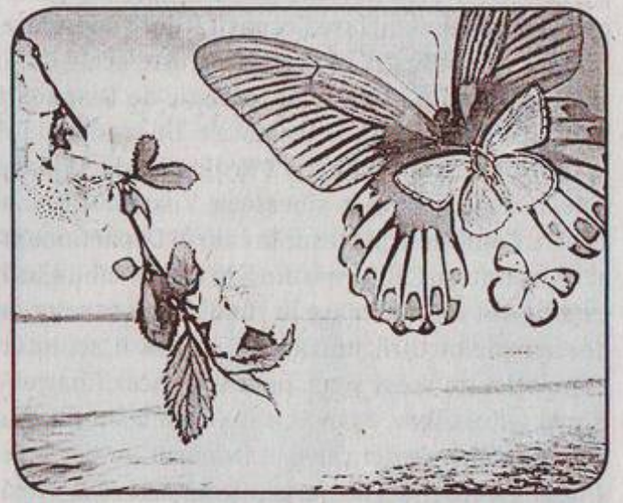
În neurologie și în științele psihice, termenul „sinestezie" reprezintă numele generic ce este atribuit anumitor stări cognitiv-asociative complexe. În majoritatea situațiilor, sinestezia desemnează o asociație ce este realizată între două sau mai multe senzații de natură diferită, care conduc la apariția impresiei particulare că respectivele senzații sunt corelate sau că una este asociată simbolic cu cealaltă. Sinestezia desemnează totodată o percepere simultană, pe căi senzoriale diferite, a unui stimul ce este atunci receptat simultan prin intermediul unor analizatori diferiți.

În esență, sinestezia realizează o corespondență semnificativă între senzații diferite ca natură. Sinestezia este modalitatea prin care senzațiile diverse, fie ele auditive, tactile, coloristice, gustative sau olfactive, evidențiază în anumite circumstanțe particulare existența unei tainice corespondențe în plan afectiv sau în dimensiunea cognitivă individuală.



În literatură, sinestezia reprezintă o tehnică literară prin care se realizează transpunerea metaforică a unor aspecte senzoriale în terminologia ce este consacrată descrierii senzațiilor generate de un alt simț. În psihologie, sinestezia reprezintă o asociație spontană între senzații de naturi diferite, dublată de stabilirea unei corespondențe semnificative. În pictura expresionistă, sinestezia este descrisă, de exemplu, ca fiind o modalitate de elaborare a unei forme sau de transpunere coloristică a unei anumite game de senzații auditive.

În sens mai larg, în cadrul sistemului yoga, sinestezia desemnează întreaga



gamă de procese complexe de percepție simultană, unificată și concordantă a două sau chiar mai multe tipuri de energii subtile cu frecvențe de vibrație net distincte, care există în Macrocosmos. În practica yoga, percepția de tip sinestezic reprezintă o componentă importantă a experiențelor de natură subtil-energetică și a percepției extrasenzoriale. În cazul practicanților yoghini care sunt capabili să aibă în mod constant experiențe spirituale de natură supramentală, sinestezia se poate manifesta în felurite moduri, pornind de la întrepătrunderea concordantă și semnificativă a unor senzații de naturi diferite, până la percepția unificatoare, ce este manifestată în stări superioare de intuiție supramentală, a unor aspecte ce unifică domeniul senzorialului cu cel al conceptualului.

În ansamblul său, sinestezia reprezintă un fenomen deosebit de misterios și captivant, ale cărui manifestări au fascinat lumea științifică, în special cea medicală, și au suscitat totodată interesul multor oameni înzestrați cu unele capacități neobișnuite, superioare, de percepție paranormală. Sinestezia este un fenomen psiho-perceptiv cu reale baze neurologice, în ciuda faptului că mult timp a fost greșit interpretat de către unii sceptici, obtuzi și ignoranți ca fiind un semn de perturbare mentală sau o consecință a unei imaginații hiperactive.

Asocierea unei culori cu un număr, asocierea unui parfum cu o anumită melodie, identificarea existenței unei reale percepții gustative de ordin lăuntric în condițiile contemplării culorii violet a apusului de soare, simțirea inefabilă de natură tactilă a sunetului unei ape curgătoare, toate acestea sunt realități senzoriale și perceptive care sunt în general grupate sub numele de sinestezie. Sinestezia a început să fie studiată de către oamenii de știință abia în ultimele câteva decenii. Recent, a fost alcătuită o impresionantă bază de date ce poate permite descifrarea misterelor funcționării creierului uman. Studiile recente despre sinestezie contribuie și mai mult la înțelegerea tainelor proceselor cognitive ce se desfășoară în ființa umană.

Deși în marea majoritate a situațiilor sinestezia este considerată de specialiști ca fiind doar o condiție de ordin neurologic, în realitate ea este un fenomen psiho-perceptiv mult mai vast, care este lipsit de riscuri și care nu perturbă modul normal în care ființa umană se manifestă în viața de zi cu zi. Sinestezia adaugă un plus de cunoaștere actului perceptiv și face posibilă translația de la funcționarea liniară și diferențiată a minții senzoriale către funcționarea complexă și intercorelată pe

care o oferă dinamizarea capacităților superioare, de regulă numite paranormale. Un fapt semnificativ în acest sens este acela că sinestezia nu apare menționată în clasificările din „Manualul Statistic de Diagnostic al Bolilor Psihice" publicat de Asociația Americană de Psihiatrie. Un studiu al Universității din Edinburgh a ajuns la concluzia că aproximativ 4% din populația planetei manifestă o formă sau alta de sinestezie. Expertul în sinestezie Vilayanur Ramanchandran, director al Centrului pentru Cogniție și profesor în cadrul Departamentului de Psihologie și Neuroștiință al Universității California din San Diego, subliniază faptul că procentul sinesteziclor este de opt ori mai mare în rândul persoanelor cu o creativitate bogată, cum sunt de exemplu pictorii, muzicienii, scriitorii, sculptorii, poeții, în comparație cu restul populației. În acest sens, poetul francez Charles Baudelaire, compozitorii Nikolai Rimsky-Korsakov, Franz Liszt și romancierul Vladimir Nabokov sunt doar câteva nume de sinestezici celebri. Celebrul Pitagora se pare că a fost și el înzestrat cu anumite capacități de percepție sinestezică, după cum reiese și din afirmația care îi aparține: *„Fiecare număr are propria sa personalitate. El poate fi masculin sau feminin. Fiecare număr poate să se afle în perfectă armonie sau în distonanță cu ceea ce îl înconjoară."*

Există, prin urmare, o legătură directă între gradul de creativitate al unei anumite ființe umane și capacitatea sinestezică pe care ea o deține. Pe măsură ce ființa își dezvoltă anumite capacități creative, posibilitatea ei de a experimenta diferite forme de sinestezie crește proporțional. Persoanele care trăiesc sinestezia pot percepe de exemplu cifrele sau literele colorat, pot simți un gust distinct al sunetelor, pot vedea muzica în culori. Sinestezia generează apariția unei serii de senzații superb combinate, ce apar a fi generate chiar la nivelul cortexului cerebral, și care au ca rezultat experiențe adiționale care îmbogățesc percepția generală a persoanei în cauză. Sinestezia trezește în ființa umană care are posibilitatea experimentării acestui fenomen inedit senzații absolut reale, mult mai complexe decât cele comune, ea fiind mai degrabă o condiție neurologică superioară, care generează un fel de „plus" senzorial și perceptiv și multiple alte beneficii. Prin urmare, sinestezia nu este nicidecum vreo boală sau vreun handicap.

Vilayanur Ramanchandran

Chiar dacă oamenii folosesc adeseori în limbaj unele metafore, ce acționează ca factori declanșatori ai unor senzații încrucișate sau multiple, de exemplu „culoare țipătoare", „voce spartă" sau „miros pătrunzător", și

care sunt uneori descrise ca ținând tot de sfera sinesteziei, trebuie înțeles că sinestezia este o formă complexă de percepție superioară, ce reprezintă totodată o condiție neurologică specială, și ea se manifestă ca un proces perceptiv aparte, care se exprimă în mod distinct. La unele persoane, acest tip de percepție sinestezică este spontană și apare involuntar, iar în cazul yoghinilor, ea se manifestă la voință și poate fi declanșată în anumite condiții precise.

Privind fenomenul sinesteziei în ansamblul lui, constatăm că în realitate există trei categorii majore de fenomene de sinestezie. Primul tip de sinestezie este „sinestezia senzorială", în care existența unui anumit tip de stimul senzorial determină apariția unei senzații de alt tip, de exemplu o senzație vizuală poate genera o senzație de tip auditiv. Cel de-al doilea tip de sinestezie este „sinestezia cognitivă", formă mult mai subtilă de percepție unificată, în care anumite categorii cognitive, cum ar fi literele, numerele, numele proprii ale unor locuri sau persoane determină apariția spontană în conștiință a anumitor tipuri de senzații asociate, de exemplu referirea la anumite numere poate genera apariția spontană a unor percepții vizuale distincte asociate sau a unor culori. Cea de-a treia formă de sinestezie, mult mai subtilă decât celelalte două și care este, în marea majoritate a cazurilor, accesibilă mai ales yoghinilor avansați, este „sinestezia spațio-temporală", în care percepția de natură spațială, ce este de regulă asociată unui anumit loc precis din spațiu, poate determina apariția unei percepții temporale distincte sau chiar a unei translații temporale și invers, conștientizarea plenară a energiei specifice a momentului prezent poate conduce la declanșarea unei anumite forme de percepție spațială ce este net diferită de cea care este asociată în mod normal percepției fizice a locației prezente.

Dincolo de această clasificare generală, este necesar să precizăm că în toate formele de sinestezie se produce la nivel perceptiv, în conștiința celui care are o astfel de percepție de tip sinestezic, o întrepătrundere unificatoare a câte două sau mai multe tipuri de energii subtile formatoare distincte, cu frecvențe de vibrație net diferite și care există în dimensiunile vibratorii bine delimitate din Macrocosmos. În cazul oricărui fenomen de sinestezie, percepția unificatoare este generată de un fenomen de determinare atipică, de natură cauzală, sau, altfel spus, de o asociere

unificatoare spontană ce are loc la nivel perceptiv și ale cărei legități se află întotdeauna în afara determinismului fizic, fiind în realitate alimentate prin stări de *rezonanță ocultă®*, în mod tainic, de la nivel *akasha*-ic.

Pentru yoghinii avansați, percepția sinestezică reprezintă o *sui generis* poartă de acces în dimensiunea subtilă *akasha*-ică și ea poate fi generată într-un mod voluntar și totodată perfect controlat printr-o intensă și armonioasă trezire și dinamizare a centrilor subtili de forță *vishuddha chakra* și *ajna chakra*. Sinestezia, indiferent de forma în care ea se manifestă, reprezintă o percepție unificatoare ce depășește limitele perceptive umane și care generează o experiență perceptivă de tip paranormal. În calitate de experiență perceptivă paranormală, sinestezia prezintă câteva caracteristici generale importante.

Una dintre principalele caracteristici ale sinesteziei este caracterul ei auditiv, în sensul că percepția sinestezică adaugă percepției fizice senzoriale inițiale o formă suplimentară de percepție, de alt tip, net distinctă, care nu este determinată în mod direct de percepția inițială, ci care este generată în mod indirect, pe baza unui fenomen de reflexie semnificativă a percepției inițiale, reflexie care provine din sfera *akasha*-ică infinită. Sinestezia revelează astfel celui care este atent și într-un mod superior perceptiv tainicele legături de natură cognitivă, cauzală, ce există în sfera subtilă *akasha*-ică și care se manifestă, în anumite condiții favorizante, între reflectările la nivel *akasha*-ic ale diferitelor tipuri de energii distincte din Macrocosmos.

O altă caracteristică a sinesteziei este direcționalitatea, în sensul că percepția sinestezică evidențiază de fiecare dată o formă superioară, subtilă de determinism. De exemplu, o percepție auditivă poate determina apariția unei anumite percepții vizuale cu care se află într-o precisă corespondență (în cazul sinesteziei senzoriale), percepția unui anumit număr poate determina apariția percepției unei anumite culori (în cazul sinesteziei cognitive), percepția unei anumite localizări spațiale poate determina apariția unei anumite forme de translație temporală (în cazul sinesteziei spațio-temporale).

Fenomenul percepției sinestezice a fost intuit în mod genial de către părintele Pellegrino Ernetti, care vorbește despre transformarea reciprocă dintre sunet și lumină (vezi lucrarea „Cronovizorul-uluitorul aparat pentru filmat trecutul"). Părintele Ernetti precizează că undele luminoase, care în

domeniile fundamentale eterice sunt formate din sunete, constituie de fapt anumite modele de imagini. El subliniază faptul că în realitate, ceea ce la nivel perceptiv apare ca fiind o corelație strânsă între sunete și lumină (fenomen care de fapt a fost numit sinestezie) se manifestă mai ales în stările înalte de conștiință, dar și în anumite evenimente neuro-fiziologice de graniță sau în unele momentele cheie, de așa-zisă inflexiune, ce apar în sfera psihicului.

O mare parte dintre cei care au trăit evenimente ce se află la granița dintre viață și moarte (E.G.V.M.) relatează această impresie cu totul specială a întrepătrunderii formelor perceptive cu care ei erau până atunci familiarizați în lumea fizică, de exemplu curioasa impresie de a auzi culorile sau de a vedea sunetele sau de a trăi într-un mod unificator percepția spațio-temporală (sinestezia spațio-temporală). Procesele de înregistrare a informațiilor ce sunt manifestate în dimensiunea *akasha*-ică pornesc de la premisa conform căreia Universul este o complexă structură de informații cu mai multe dimensiuni. Conform opiniei părintelui Ernetti, undele sonore și cele vizuale sunt păstrate ca un fel de urmă dublă. În fapt, întregul spectru de energii senzoriale este impregnat în mod specific în memoria *akasha*-ică.

Sinestezia pare să fie cauzată de intersectarea unor conexiuni ce au loc în zone din creier care în mod obișnuit, mai precis în cazul percepției senzoriale obișnuite, nu interacționează. Disjuncția senzorială pare să fie depășită în cazul sinesteziei și astfel gradul de diferențiere este redus, proporțional cu interconexiunile care devin active. Astfel, în cazul sinesteziei, senzații resimțite separat în mod normal ajung să fie experimentate împreună. De asemenea, preponderența sinesteziei pare să țină de moștenirea genetică, manifestându-se în rândul membrilor aceleiași familii, dar nu neapărat sub aceeași formă. Este vorba, de fapt, despre un soi de predispoziție generală, cum ar fi de exemplu faptul că mama vede literele în culori, iar fiul simte gustul cuvintelor pe care le aude. Tot în ceea ce privește prevalența fenomenului sinestezic, trebuie specificat și că aceasta este mai ridicată în rândul femeilor decât în rândul bărbaților, indicând prin aceasta preponderența aspectului receptiv senzorial la femei.

Primul care a studiat atent fenomenul sinestezic a fost Francis Galton, vărul lui Charles Darwin, în anul 1880. Cu aproape zece ani înainte, Gustav Fechner, părintele psiho-fizicii, a menționat și el câteva date empirice legate de sinestezie. Galton a observat că un anumit număr de oameni, care, de altfel, sunt perfect normali în toate celelalte privințe, experimentau senzații în forme multiple la un singur stimul care acționa la nivel cerebral. Datorită dificultăților întâmpinate pe parcurs, mai ales în ceea ce privește partea experimentală, sinestezia și-a pierdut interesul în ochii cercetătorilor până prin anii `80, atunci când revoluția cognitivă a retrezit preocuparea pentru fenomenul sinesteziei. Cercetările de specialitate au continuat să exploreze tot mai mult realitatea, consistența și frecvența experiențelor de ordin sinestetic.

În prezent, există sintetizate și clasificate o multitudine de tipuri de sinestezie. Cercetătorul Sean A. Day are o listă deschisă, pe care a inclus cel puțin 63 de tipuri de

sinestezie. Sinestezia implică toate simțurile: auz, pipăit, văz, gust și miros. Ființele umane pot descrie senzații declanșate de stimuli diferiți și de intensități diferite. Clasificarea tipurilor de percepții sinestezice implică identificarea unităților asociative elementare, ce sunt formate din câte două elemente majore, dintre care primul este aspectul senzorial-cognitiv predominant iar cel de-al doilea este aspectul senzorial-cognitiv asociat sau, altfel spus, percepția sinestezică rezultată, ce este de fapt o percepție de tip real, însă interior, lăuntric.

Gama percepțiilor de tip sinestezic cuprinde felurite fenomene sinestezice, de tip: miros – culoare, trăire emoțională – culoare, sunet – culoare, senzație kinestezică – culoare, senzație tactilă – culoare, trăire emoțională – miros, simbol grafic – culoare, gust – sunet, gust – senzație tactilă, sunet muzical – aromă, senzație termică – sunet, senzație kinestezică – sunet, trăsătură de caracter – miros, cuvânt – aromă, simbol grafic – senzație tactilă, trăire emoțională – senzație termică, sunet – miros, sunet – gust, culoare – gust, senzație tactilă – gust etc.

După anul 1990, atenția cercetătorilor s-a îndreptat în special către sinestezia de tip „simbol grafic – culoare" ori „număr – culoare", altfel spus, literele ori numerele pot fi percepute de către o ființă cu capacități sinestezice în asociație cu diverse culori. În cazul percepției sinestezice de tip „sunet – culoare", sunetele mai înalte sunt asociate cu culori mai deschise. În cazul percepției sinestezice de tip „literă – culoare", pot să apară, în funcție de anumite particularități individuale, asocieri diferite, de exemplu A este roșu, O poate fi alb, S tinde să fie asociat cu galben etc.

În studiul sinesteziei, teza de doctorat a Aliciei Callejas Sevilla, profesor dr. la Universitatea din Granada, s-a dovedit a fi printre cele mai detaliate cercetări realizate asupra fenomenului sinestezic. Câteva dintre concluziile sale demonstrează că percepțiile sinestezice au asociate anumite reacții afective și trăiri emoționale, care sunt suficient de puternice încât să influențeze modul în care se manifestă persoana care are o astfel de percepție de tip sinestezic. Sinestezicul poate resimți un anumit tip de disconfort interior, mai mult sau mai puțin accentuat, în momentul în care, în timpul experimentului, regăsește un element ce îi este bine cunoscut în urma unor percepții de tip sinestezic premergătoare ca fiind nepotrivit într-un anumit context. De exemplu, dacă o astfel de ființă umană asociază în mod normal litera V cu verdele, iar într-o altă situație litera V îi apare asociată cu portocaliul, atunci persoana va

avea tendința de a cataloga cuvântul sau litera în cauză ca fiind urâtă sau greșită. În schimb, dacă persoana regăsește asocierile care îi sunt deja familiare ca urmare a experienței sale sinestezice, ea le va aprecia ca fiind favorabile și plăcute din punct de vedere perceptiv.

Lipsa de înțelegere și cunoaștere a societății în ceea ce privește fenomenul sinestezic ar putea determina într-un copil înzestrat cu o astfel de capacitate perceptivă sinestezică sentimentul că este neînțeles, exclus sau chiar ridiculizat. Din acest motiv, părinții trebuie să știe exact cu ce se confruntă copilul și să-i permită acestuia să-și exploreze, să-și cunoască și să-și folosească în propriul avantaj senzațiile de natură sinestezică. De asemenea, este necesar un antrenament suplimentar pentru a suplini posibila lipsă de concentrare ce poate surveni în cazul percepției de tip sinestezic, pentru că nuanțele sunetelor și orice factor perturbator de acest gen pot fi copleșitoare, cel puțin în perioada copilăriei.

Evaluările statistice realizate asupra fenomenului sinestezic au arătat că în cele mai frecvent întâlnite forme de sinestezie se manifestă tendința de a converti sau de a asocia senzația primară sinestezică unei senzații sinestezice secundare de natură vizuală, mai precis coloristică. Aceasta arată că impulsul neuronal asociat senzației sinestezice primare, din cadrul unei percepții de tip sinestezic, tinde să fie difuzat către zonele superioare parietale, zone ce sunt specifice percepției vizuale. Lobii parietali pot fi împărțiți în două regiuni funcționale. Prima regiune este responsabilă de captarea senzațiilor primare și a percepțiilor elementare, iar cea de-a doua regiune este responsabilă de integrarea percepțiilor senzoriale, în primul rând a celor vizuale. Prima regiune integrează informațiile senzoriale primare, pentru a forma o singură percepție unitară sau, altfel spus, un act distinct de cunoaștere. Cea de-a doua regiune este responsabilă de generarea unui sistem de coordonate spațiale, care este capabil să reprezinte în mod coerent lumea din jurul nostru.

Alicia Callejas Sevilla

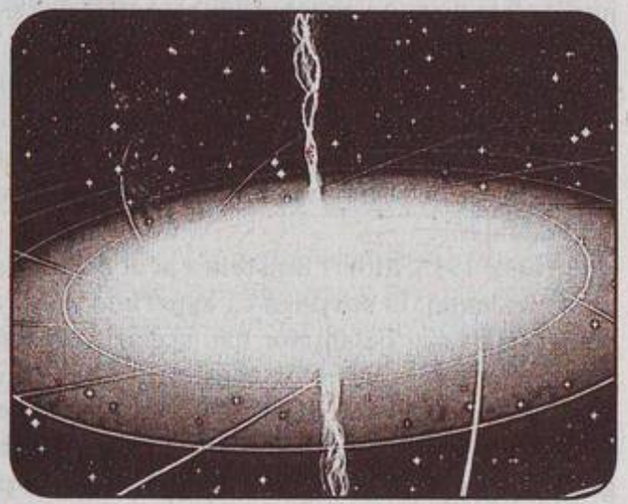
Faptul că din punct de vedere statistic, cele mai multe dintre percepțiile de tip sinestezic tind să genereze direcționări ale informației asociate către lobii parietali ne arată că procesele de percepție de tip sinestezic reprezintă procese de integrare superioară a informației senzoriale diferențiate ce este captată prin intermediul analizatorilor. În cele mai multe dintre situații, percepția de tip sinestezic depășește capacitatea de reprezentare conceptuală a ființei umane respective

și astfel sinestezia se încadrează în mod cert în categoria fenomenelor ce se află la granița paranormalului. Însă în cazul yoghinilor avansați, care au ajuns la un grad superior de dinamizare supramentală, procesele de integrare cognitivă ce survin la nivelul lobilor parietali în cazul unei percepții de tip sinestezic pot fi înțelese și recunoscute ca atare cu ușurință. În cazul yoghinilor avansați, această direcționare predilectă a impulsului neuronal asociat percepției de tip sinestezic către cortexul vizual superior este specifică stărilor de dinamizare supramentală. La nivelul cortexului vizual superior se află zona în care are loc, în plan subtil, captarea și conversia diferențiatoare a fluxului subtil energetic luminos ce este recepționat în cazul stărilor superioare de conștiință, prin intermediul centrului spiritual suprem din ființă (*sahasrara*). În ceea ce privește starea inefabilă de sinestezie spațio-temporală, ea reprezintă o formă superioară de unificare a percepției spațiale cu cea temporală. În această stare superioară, conștiința yoghinului se expansionează dincolo de limitările apartenenței fizice în continuumul spațio-temporal. Starea inefabilă de sinestezie spațio-temporală poate debuta prin apariția unor forme de percepție bi-locatorie sau multi-locatorie, ce pot fi asociate în simultaneitate unor fenomene de translație temporală specifice, în care conștiința yoghinului poate avea experiența trăirii simultane a două sau uneori chiar a mai multor percepții de tipul momentului prezent (percepția prezentului efectiv și totodată a prezentului care este generat în mod specific de percepția preponderentă ce apare în cazul translației temporale respective). În starea inefabilă de sinestezie spațio-temporală, delimitarea în conștiință a noțiunilor de „trecut", „prezent" și „viitor", precum și a noțiunilor de „aici" și „acolo" sau a celor de „aproape" și „departe" dispare și este înlocuită de o percepție unificatoare vastă, de tip holografic. În această stare superioară de conștiință, yoghinul poate experimenta în mod liber pluralitatea noțiunii de „aici și acum", descoperind astfel extaziat Omniprezența și Omnisciența lui Dumnezeu Tatăl.

profesor yoga Gregorian Bivolaru

UNELE MANIFESTĂRI UIMITOARE ALE ENERGIEI TAINICE A TIMPULUI

Oamenii de știință au constatat deja că energia tainică a timpului curge mai repede atunci când ne aflăm undeva la înălțime



Dacă trăiți la o înălțime situată cu doar două trepte mai sus decât solul, veți îmbătrâni mai repede cu 100 de miliardimi de secundă într-un secol! Acest rezultat a fost obținut grație unui ceas atomic de precizie. Credeți în teoria Big Bang-ului? Dar teoria găurilor negre, care se referă la aceste formațiuni cosmice atât de dense încât absorb chiar și lumina, vi se pare ușor de acceptat? Adevărul este că aceste idei au de ce să ne incite imaginația. Totuși, cercetătorii americani au urmărit să verifice fundamentele acestor teorii fără a se mișca din laboratoarele lor. Nu există niciun motiv de îngrijorare; cercetătorul James Chi-Wen Chou și colegii săi de la Institutul Național de Metrologie din Statele Unite nu s-au dedicat producerii unui Big-Bang într-o eprubetă sau creării unei găuri negre într-un laborator. Metoda lor de cercetare a fost indirectă și totodată lipsită de orice riscuri. Este vorba despre verificarea validității unei teorii emise de Albert Einstein acum 95 de ani și anume, teoria relativității. Ea este aceea care prevedea existența acestor manifestări exotice în Cosmosul îndepărtat. Iar aceasta ar trebui să aibă consecințe și în mediul nostru înconjurător.

Accelerație = gravitație

Printre altele, această teorie afirmă că timpul se scurge altfel într-un câmp gravitațional: cu cât gravitația este mai mare, cu atât timpul se scurge mai lent. De exemplu, pe un platou montan, timpul se scurge mai încet decât pe piscul care domină zona sau la altitudini chiar mai mari, unde gravitația este mai slabă. De unde provine însă o asemenea idee? Dintr-un principiu fundamental al fizicii pe care genialul fizician l-a botezat „principiul echivalenței", și care, în mare, afirmă

că accelerațiile sunt echivalente câmpurilor gravitaționale. În ciuda aparențelor, acest lucru nu este greu de înțeles. Imaginați-vă o rachetă zburând prin spațiu cu o accelerație constantă. La bordul acesteia, obiectele și astronauții sunt supuși unei forțe de atracție, la fel cum suntem și noi „trași" în spate de inerție într-o mașină care demarează în trombă. Dacă accelerația este de 1G (adică viteza crește în fiecare secundă cu 9,8 metri pe secundă), atunci forța de atracție este egală cu cea pe care astronauții ar resimți-o dacă și-ar vedea fiecare de treaba lui obișnuită pe Pământ, adică ar fi egală tocmai cu forța reprezentată de greutatea lor. Deci nimic nu le permite ocupanților rachetei să știe dacă zboară accelerat sau dacă staționează la sol (vezi figura 1).

De fapt, niciun experiment desfășurat în habitaclul unei rachete folosindu-se o balanță, un resort sau orice alt sistem de măsurare a greutății nu le permite călătorilor să stabilească dacă se află la bordul unei rachete care zboară uniform accelerat sau dacă staționează într-un câmp gravitațional. Acesta este principiul echivalenței.

În anul 1915, Albert Einstein a avut geniala idee de a extinde acest principiu al echivalenței. El susținea că experimentele care pot fi efectuate cu ajutorul resorturilor sau balanțelor dau același rezultat fie că vehiculul se află într-o mișcare accelerată, fie că acesta este imobil într-un câmp gravitațional. Să fie, oare, adevărat acest fapt pentru toate celelalte experimente posibile? Să ne întoarcem la racheta noastră. Să ne imaginăm că ne-am debarasat de greutăți și de balanțe și am instalat hublouri pentru a observa modul în care lumina traversează habitaclul. Să ne mai imaginăm, de asemenea, o rază luminoasă ce intră „orizontal" printr-un hublou. Deoarece racheta, care se

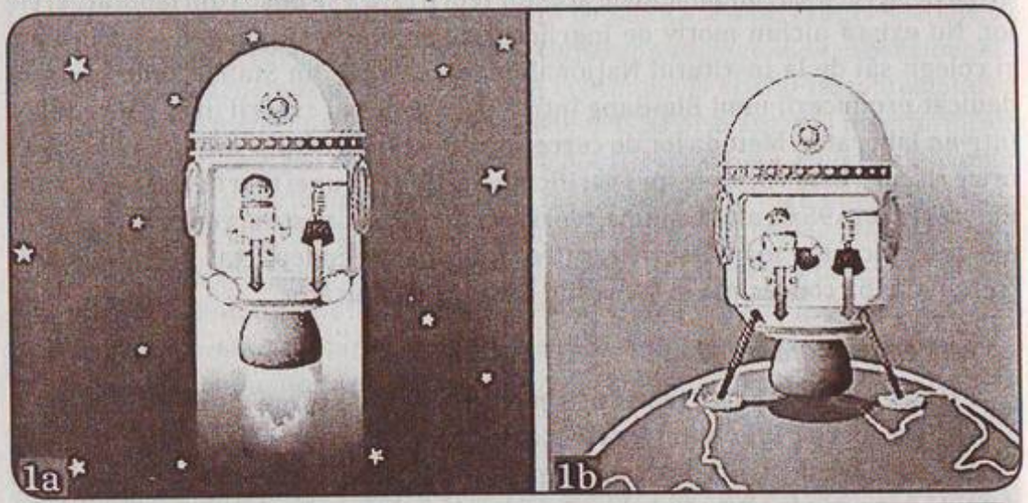


Figura 1: La bordul unei rachete care accelerează cu 1G, obiectele sunt supuse unei forțe de atracție, exact așa cum pe Pământ sunt supuse forței de gravitație.

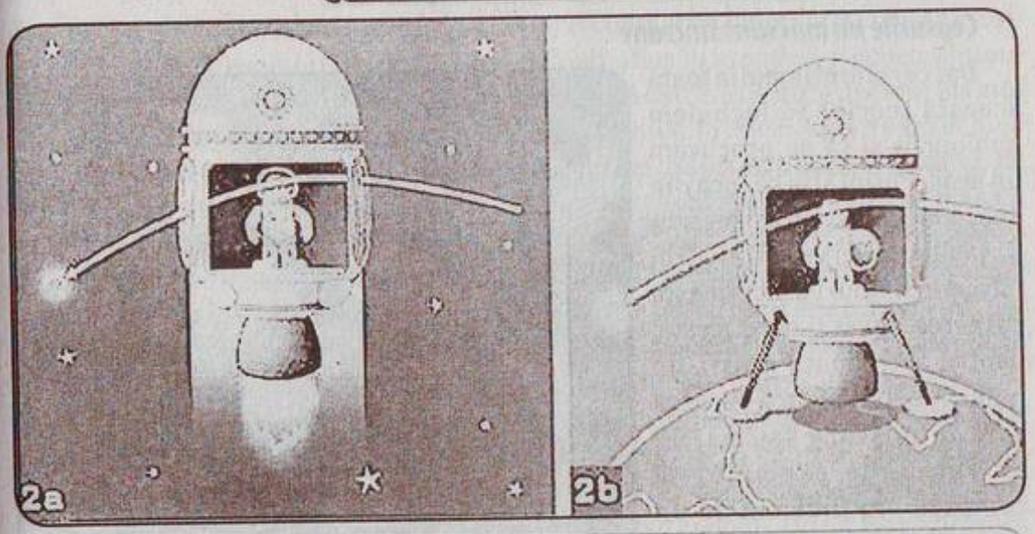
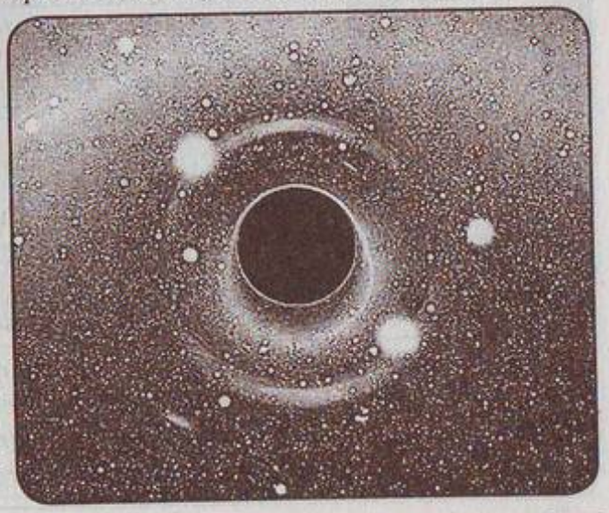
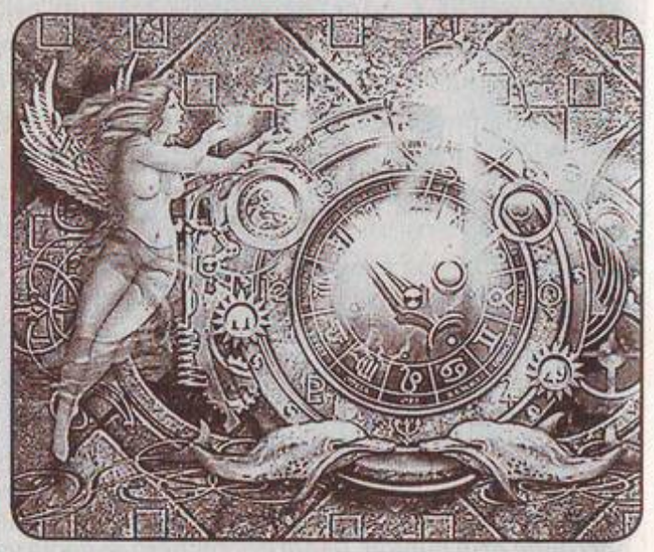


Figura 2: Într-o rachetă aflată în mișcare (2a), o rază luminoasă orizontală pătrunde prin hublou. Deoarece racheta se deplasează, lumina iese „mai jos" prin hubloul din cealaltă parte. Pentru observatorul aflat în interior, raza de lumină pare curbată. Gravitația terestră (2b) produce asupra razelor luminoase același efect, în conformitate cu principiul echivalenței.

deplasează cu o anumită accelerație, și cabina își schimbă poziția în timp ce lumina le străbate, astronauților de la bord li se pare că lumina „cade", razele luminoase curbându-se către pardoseala habitaclului (vezi figura 2a). Am putea crede că astfel avem dovada faptului că racheta se mișcă. „Să nu ne pripim!", ar fi răspuns Einstein. „Dacă lumina ar fi «căzut» în aceeași manieră atunci când ar fi trecut prin câmpul gravitațional al Pământului, experimentul vostru nu ar fi dovedit nimic! Pentru că principiul echivalenței este valabil în cazul luminii, sunt sigur că razele de lumină sunt deviate în vecinătatea obiectelor masive!" Această ipoteză științifică a lui Einstein, și anume că lumina se curbează în vecinătatea obiectelor masive, a fost verificată între timp. Devierea este extrem de mică în apropierea Terrei, însă în apropierea unor formațiuni celeste gigantice, cum ar fi găurile negre sau galaxiile, ea este atât de puternică, încât produce miraje!



Ceasurile nu mai sunt sincrone



Dar ce rol are timpul în toată această teorie? Să închidem hublourile și să ne procurăm un ceas. Puțini știu că încă din anul 1905, Einstein a prevăzut că, pentru observatorii aflați în mișcare, timpul își încetinește curgerea. Nu ar fi oare acesta, pentru astronauții noștri, un mijloc de a afla dacă racheta este în mișcare sau nu? Ei ar putea, de exemplu, să compare ora indicată de un ceas aflat la bordul rachetei lor (având în continuare accelerația de 1G), cu ora indicată de un ceas identic aflat pe Pământ. Principiul echivalenței susține că experiența nu va releva nimic, întrucât accelerația rachetei corespunde cu câmpul gravitațional al Terrei (vezi figura 3). Ceasurile vor fi prin urmare încetinite la fel, fie că ele sunt la bord, fie că se află la sol. Acest lucru s-a putut verifica încă din anul 1960, fără a utiliza o rachetă. A

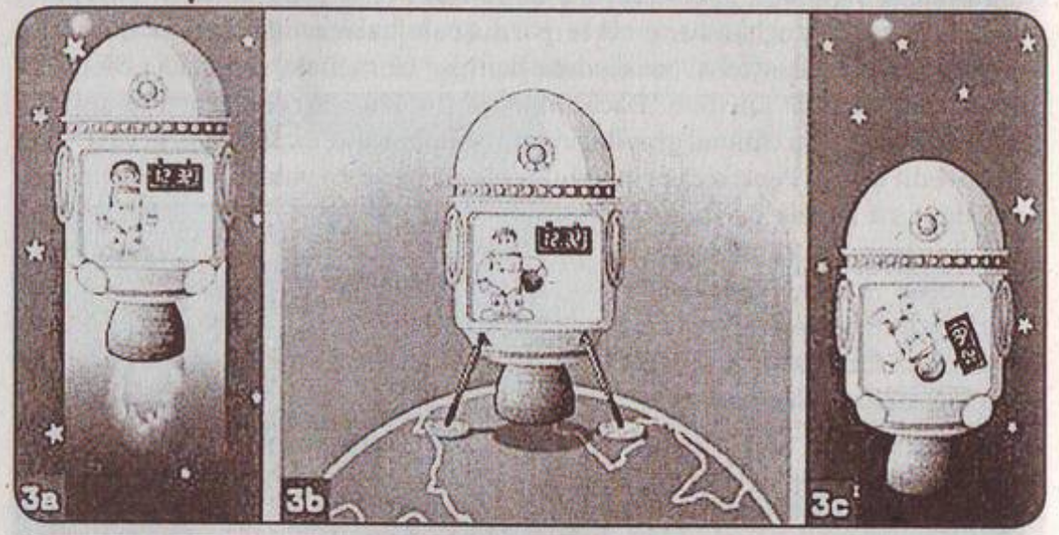


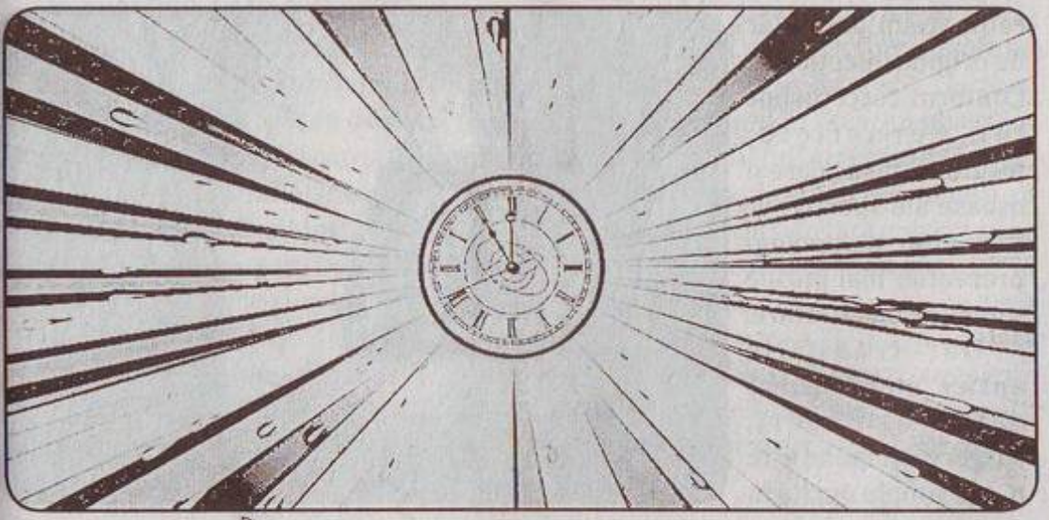
Figura 3: Pentru un observator aflat într-o rachetă care se deplasează cu accelerația de 1G (imaginea 3a), timpul se scurge cu aceeași viteză ca și pe Pământ. Într-o rachetă imobilă, aflată în afara oricărui câmp gravitațional (imaginea 3c), timpul se scurge mai repede.

fost de ajuns să se măsoare curgerea timpului comparând mersul a două ceasuri, unul situat în subsolul unei clădiri, iar celălalt aflat la etajul al cincilea al unui imobil. Ceasul situat la înălțime mergea cu o cuantă extrem de mică de timp înainte față de cel situat în subsol. Experimentul a fost reluat în zilele noastre de echipa cercetătorului Chou. Noutatea a constat în precizia măsurării. Au fost folosite, de această dată, ceasuri atomice, „ultimul răcnet" al tehnologiei, care au fost plasate unul la sol, iar celălalt la 33 de centimetri „altitudine", unde gravitația este mai mică cu jumătate dintr-o zecime de milionime! Rezultatul: această infimă diferență este suficientă pentru ca să apară o diferență de 100 de miliardimi de secundă într-un secol, în cazul ceasului situat la înălțime. Precizia în acest caz este echivalentă cu cea a măsurării distanței dintre Turnul Eiffel și Empire State Building (5.800 de kilometri) cu o eroare de măsurare egală cu dimensiunea unui virus! Teoria este, deci, exactă și ne conduce la următoarea idee plastică: în timp ce citim liniștiți acest material, picioarele noastre îmbătrânesc un pic mai încet decât fesele, care la rândul lor „trăiesc" mai lent timpul decât creștetul capului. Un alt motiv, în plus, de a conserva legumele în beci!

GLOSAR

Câmp gravitațional: regiune a spațiului în care este resimțit efectul atracției gravitaționale exercitate de un corp masiv, care pentru noi este Pământul. Forța exercitată de acest câmp ne atrage și ne apasă la sol și în același timp menține Luna pe orbita sa circumterestră.

Ceas atomic: dispozitiv extrem de precis de măsurare a timpului. În funcționarea acestuia, clasicele oscilații ale pendulului sunt înlocuite cu cele ale atomilor de cesiu sau rubidiu, care sunt foarte stabile și întotdeauna identice.



La ora actuală se știe deja că pentru ființele umane ce se află la adâncime în peșteri survin, într-un mod tainic, anumite anomalii temporale

Un fapt deja recunoscut în lumea științifică este acela că percepția timpului este diferită în măruntaiele Pământului. Pe măsură ce pătrundem mai adânc, kilometru după kilometru, spre centrul planetei noastre, funcțiile vitale ale organismului încetinesc, iar influența astrelor care ne ritmează orele și zilele se atenuează și ea. Aceasta este și opinia savantului Michel Siffre. El consideră că metabolismul uman este în mod cert influențat pe parcursul unei zile petrecute în adâncul Pământului, căci acolo timpul curge mai încet decât la suprafață. Este de netăgăduit că, în adâncul Pământului, așa cum multe tradiții ne confirmă, se produc diverse miracole. Astfel, dualașii, un trib african, cred că peșterile au proprietatea de a regenera trupul uman. Etnologul Paul Chantenet a asistat la mai multe expediții subterane ale acestui trib. Bolnavul, uneori chiar muribundul, este dus de-a lungul galeriilor mustind de apă, în profunzimile Pământului, până la o încăpere subterană, unde acesta intră până la gât în argilă moale. El este lăsat acolo pe parcursul a două zile, izolat, fără hrană, în întuneric. S-a constatat că în unul din două cazuri, bolnavul se vindecă.

Persoanele rămase captive sau izolate sub pământ în urma unor alunecări de teren au revenit la suprafață într-o stare mai bună de sănătate decât înainte!

Dagmar Fernsfield, un savant american care a efectuat un studiu asupra sportivilor și speologilor, a ajuns la aceeași concluzie. Persoanele rămase captive sub pământ și deci izolate de lume în urma unei alunecări de teren au revenit la suprafață într-o stare de sănătate mai bună decât înainte. Problemele osoase, de circulație sanguină, dispar ca prin farmec. Speologul englez Waltham a scăpat, de exemplu, de un reumatism articular de origine infecțioasă. Conform cercetărilor lui Fernsfield, țesuturile musculare și osoase ale sportivilor care erau și speologi prezentau mai puține semne de îmbătrânire.

Dar tradițiile antice merg și mai departe: uneori, curgerea timpului este pur și simplu oprită în

profunzimile peșterilor Pământului. Să trecem în revistă câteva astfel de mărturii. După anticul Pausanias, Epimenide din Creta a intrat într-o zi într-o grotă pentru a dormi. Nu s-a mai trezit decât... 40 de ani mai târziu! Versiunea lui Diogene Laertius din „Viețile și doctrinele filosofilor" (I, 109) despre același eveniment este chiar mai uimitoare. Epimenide a fost trimis într-o zi pe câmp de către tatăl său, pentru a găsi o oaie pierdută. Pe la prânz, el s-a abătut de la căutarea sa și s-a adăpostit într-o grotă, unde a adormit timp de 57 de ani! Trezindu-se, el a continuat să caute oaia, crezând că a dormit doar puțin. Negăsind-o, a mers la ogorul familiei, cu intenția de a-l găsi pe tatăl său. Mare i-a fost uimirea descoperind că totul se schimbase și că pământul tatălui său aparținea acum altcuiva! El s-a întors în cetate într-o stare de perplexitate. Acolo, intrând în locuința familiei, a găsit niște oameni necunoscuți, care l-au întrebat cine era. Abia atunci l-a recunoscut pe fratele său mai mic, care acum era deja bătrân, și a aflat de la acesta despre lunga sa dispariție. Apoi a fost recunoscut și de mai mulți locuitori din orașul său pe care-i lăsase copilandri și care îmbătrâniseră foarte mult. Vestea s-a răspândit în întreaga Grecie, iar Epimenide a fost considerat de toți ca fiind grecul cel mai iubit de către zei.

Povestea celor 7 adormiți

În anul 250, în timpul unui val de persecuții asupra creștinilor, șapte tineri s-au refugiat într-o peșteră, aproape de Efes. Ei au dormit acolo un somn profund timp de... 200 de ani! Sub domnia lui Teodosius, în anul 450, ei s-au trezit, crezând că tot ce au făcut a fost să doarmă foarte bine. Dar, intrând în Efes, au observat numeroasele schimbări care afectaseră orașul. Uimiți, punând întrebări în stânga și în dreapta ca să afle și să înțeleagă ce se petrecuse, vizitatorii cei stranii au fost rapid remarcați de locuitorii din Efes. Aceștia au fost duși în fața episcopului. Cei șapte tineri, care nu îmbătrâniseră deloc din momentul în care au adormit în peșteră, i-au povestit aventura patriarhului, apoi împăratului, lăsându-i cu gura căscată pe toți cei care îi ascultau. Chiar și „Coranul", în sura a XVII-a, intitulată „Peștera", amintește de această întâmplare. Dar în acest text sacru, cei șapte tineri au petrecut 309 ani în peșteră. „Coranul" precizează că aceștia au adormit adânc și că „Dacă, pe neașteptate, i-ai vedea în această stare, te-ai întoarce și ai fugi, fiind cuprins de spaimă" („Coran", XVII, 17).

Accelerarea timpului

Am văzut că, pentru personaje ca Epimenide și cei 7 adormiți, timpul s-a oprit. Mai aproape de zilele noastre, să vedem un caz în care, din contră, timpul s-a accelerat. Americo Centeno era un țăran cubanez din valea Vinales, care, în anul 1931 avea vârsta de 20 de ani. În luna februarie a anului respectiv, împreună cu cei doi frați ai săi, Evaristo și Menelao, recolta *guano* (excremente de lilieci, ce se foloseau ca îngrășământ în zona respectivă) dintr-o peșteră. După două săptămâni de recoltare în peștera Maja, *guano* era pe terminate. Americo a decis să meargă mai adânc în interiorul peșterii, sperând că va găsi acolo un alt depozit din prețiosul îngrășământ. Cei doi frați ai săi și ceilalți săteni l-au văzut intrând într-o galerie, cu o torță. Și... nu s-a mai întors.

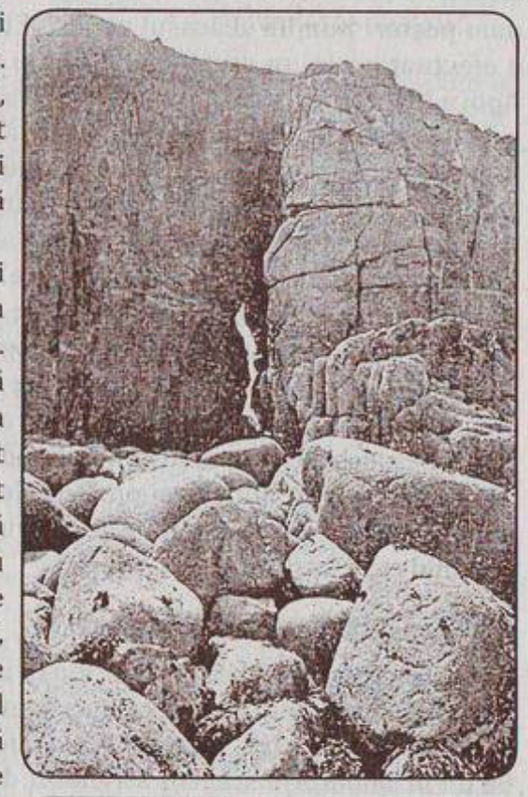
L-au căutat timp de o săptămână în labirintul de galerii și săli din interiorul peșterii, dar fără niciun rezultat, până într-o zi în care a reapărut, foarte straniu, în luna august 1954! Părea a fi un sălbatic, un om al pădurii, un „om-lup", cu părul și barba foarte lungi. Scotea sunete guturale, aproape mugete. Printre cei care l-au descoperit se găsea și fratele său, Evaristo. În ciuda surprizei sale, acesta nu a avut niciun dubiu asupra identității personajului. Lui Americo îi lipsea degetul mic de la mâna stângă, la fel ca și fratelui său Evaristo. Sălbaticul descoperit avea, de asemenea, același semn pe tâmpla stângă ca și fratele său, Americo. Mai târziu, unchiul său, Manuel, l-a recunoscut și el, grație unei cicatrici de pe coapsa dreaptă: când era mic, Americo căzuse de pe cal în prezența unchiului său; în cădere, se lovise de un gard de sârmă ghimpată, țepii intrându-i adânc în carne în locul respectiv.

Deși rudele sale îl recunoscuseră, toți ezitau asupra unui lucru important: individul găsit părea mult mai în vârstă decât tânărul care dispăruse în urmă cu 23 de ani. La prima vedere, părea să aibă în jur de 70 de ani, în timp ce Americo nu ar fi trebuit să aibă decât vreo 43 de ani în anul 1954.

Au încercat să închege un dialog cu el, dar a fost o pierdere de timp. Se aflau în fața unui specimen de sălbatic care nu vorbea deloc, era incapabil să articuleze un singur sunet inteligibil și părea că nu recunoaște pe nimeni. Internat pentru observații la spitalul din Pinar del Rio, acesta se va sinucide în ziua următoare, aruncându-se pe fereastră de la etajul trei. Medicii au decis să efectueze o autopsie. Atunci a apărut marea surpriză! În căderea sa, Americo se rănise la cap și se putea distinge, în rana respectivă, o bucată de plastic verde! Autopsia va revela că nefericitul suferise o trepanație pe creier și că bucata de plastic verde servise la înlocuirea unei părți din cutia craniană. Această bucată de plastic dur înlocuise perfect partea lipsă a osului cranian și părea bine sudată. Cicatricea rezultată în urma trepanației abia se vedea.

Unde trăise Americo în acești 23 de ani? Cine îi făcuse acea intervenție chirurgicală? De ce a îmbătrânit prematur? Multe întrebări, la care însă anchetatorii cubanezi au fost incapabili să răspundă.

Un fenomen invers pare să se fi produs într-o peșteră din Marea Britanie. Grotele din Penzance, ținutul Cornwall, sunt subiectul unor povestiri aparent incredibile, spuse pe șoptite de locuitorii din această regiune. Vom cita doar două dintre ele.



Grotele din Penzance, Ținutul Cornwall

Prima implică un cuplu de tineri căsătoriți, care se aflau în excursie în apropiere de Penzance, în anul 1960. Aceștia s-au așezat câteva minute să se odihnească în fața intrării uneia dintre aceste peșteri. Când s-au ridicat pentru a-și continua plimbarea, au avut dezagreabila surpriză să nu-și găsească obiectele pe care le aveau cu ei. Erau siguri totuși că nimeni nu se apropiase de acel loc. Dorind să depună plângere, s-au dus la cel mai apropiat post de poliție. Acolo, spre bucuria lor, cuplul și-a găsit toate obiectele pierdute. Însă plăcuta lor surpriză a fost dublată de o stare de perplexitate atunci când au aflat de la polițistul de serviciu că aceste obiecte fuseseră depuse la secție în ajun! Cu alte cuvinte, chiar în seara dinaintea zilei în care ei făcuseră excursia la peșteră!

Cea de a doua povestire referitoare la peșterile din Penzance are un deznodământ tragic. Un soldat american, deși fusese avertizat de locuitorii regiunii, s-a aventurat să exploreze o peșteră care avea o reputație proastă: mai multe persoane care intraseră acolo dispăruseră fără urmă. Și soldatul american s-a „evaporat" la rândul său, fără a mai reveni vreodată. Câteva luni mai târziu însă, cercetând grota, poliția a descoperit scheletul unui copil de cinci sau șase ani, îmbrăcat în zdrențele uniformei soldatului dispărut...

Ce este atât de misterios în profunzimile Pământului?

Timpul care se accelerează într-o peșteră cubaneză, timpul care curge înapoi într-o grotă englezească... ne putem, pe bună dreptate, întreba: Ce există, atât de misterios, în profunzimile Pământului? Lumea zeilor? O altă civilizație, subterană? Putem lua în considerare aceste două piste după ce vom lectura istorioarele următoare. Un autor antic, Calistene, în lucrarea sa „Viața lui Alexandru Macedon", a scris că faimosul cuceritor a ajuns într-o zi în fața

unei peșteri numite „Lăcașul zeilor". El a efectuat acolo un sacrificiu și libații. Apoi a intrat în peșteră însoțit de câțiva soldați. Acolo, a perceput un fel de ceață luminoasă. A remarcat, în acest nor de raze, niște siluete și a auzit un murmur înfundat. Alexandru a distins câteva personaje care se odihneau, întinse. Privirile lor străluceau, luminoase. Alexandru s-a apropiat și a intrat în dialog cu acele ființe deosebite. După Calistene, el a întrebat despre zeul Sarapis și despre regele Sesonchosis, stăpânul lumii, aflând că acesta trăia în lumea zeilor. Ființele luminoase i-au prevestit lui Alexandru destinul care-l aștepta.

Alexandru Macedon

Anomalii temporale în Evul Mediu

O întâmplare la fel de stranie, din Evul Mediu, ne este povestită de Gervais de Tilbury: istoria unui porcar care a văzut intratereștri. În Marea Britanie exista, la vremea respectivă, castelul Peak, o fortăreață situată în Derbyshire, clădită pe un promontoriu stâncos străbătut de caverne. Gervais de Tilbury a auzit o povestioară din gura unui localnic. În perioada în care William Peverel stăpânea acest castel, porcarul său a pierdut într-o zi o purcea de rasă. Căutând-o, acesta s-a aventurat într-o peșteră care nu fusese explorată până atunci. După ce a mers o bucată bună de vreme prin întuneric, porcarul a ajuns, uluit, într-un loc luminat, descoperind acolo... o câmpie întinsă. Înaintând pe un ogor vast, cultivat, acesta a văzut niște secerători care recoltau grâul și a recunoscut, printre snopii grei, purceaua care îi lipsea, dar care era înconjurată de numeroși purcei. Porcarul, rămas fără grai, dar totodată foarte mulțumit că și-a găsit animalul, și-a luat pur și simplu purceaua și, bucuros, fără să-și pună prea multe întrebări, s-a întors la turma sa, în ținutul său, unde domnea încă frigul iernii.

Sub picioarele noastre se petrec lucruri bizare!

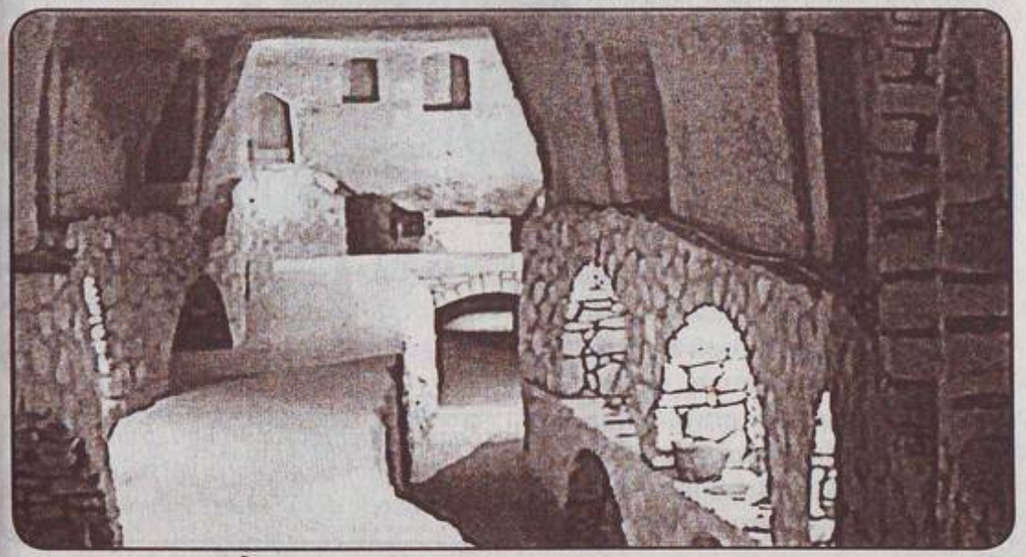
Să fie oare adevărată știrea conform căreia ar exista, în adâncurile Pământului, o civilizație avansată care stăpânește tehnologii necunoscute nouă, locuitorilor de la suprafață? Mulți spun că în interiorul muntelui Shasta din SUA ar exista o comunitate de ființe, necunoscută umanității, despre care unii cred că s-ar afla la originea misterioaselor apariții ale OZN-urilor. Este adevărat că, peste tot în lume, au fost descoperite orașe subterane. Astfel, în anul 1963, s-a descoperit încă unul în Anatolia (Turcia).

Un oraș subpământean

Într-o zi, Orner Demir a observat o găină dispărând sub pământ. Căutând-o, a descoperit o galerie foarte abruptă care ducea în subteran. Înarmat cu o torță, acesta a intrat și a găsit poteci, pasaje, nișe tăiate în piatră și guri de aerisire. Mai târziu, ample săpături arheologice au făcut posibilă descoperirea unui întreg oraș subpământean. În situl arheologic Derinkuyu au fost descoperite 13 niveluri de locuire, cel mai adânc situându-se la 85 de metri sub pământ, dar fără îndoială există și altele. Conform unei estimări, în acel oraș ar fi putut locui 20.000 de persoane. În afara spațiilor amenajate pentru locuințe, existau acolo, pe o întindere de 4 kilometri pătrați, depozite, pivnițe pentru vin, piețe, un locaș de cult și săli gigantice cu tavanul boltit, ce serveau probabil ca locuri de adunare publică sau ca școli. Este vorba, fără îndoială, în acest caz, despre o populație care se adăpostea de războaie și persecuții. Nu au fost găsite nici acolo, nici în altă parte, în vreo altă peșteră ce a fost locuită, dovezi care să indice faptul că ne găsim față în față cu „rasa care va veni", cum o numea Bulwer-Lytton, și care stăpânește o energie secretă și redutabilă în orașele sale subterane.

Misterul rămâne încă de nepătruns, căci amplitudinea și diversitatea anomaliilor temporale care se manifestă în anumite peșteri este deconcertantă. Totul se petrece ca și când în aceste locuri timpul, așa cum noi îl cunoaștem, ar fi suspendat, nu ar exista deloc, ca și când peștera respectivă ar fi o *sui generis* sferă de atemporalitate, în care concepția noastră rigidă despre timp este anulată. Dar este oare vorba despre un fenomen natural? Sau acesta este efectul unei tehnologii anume? În acest din urmă caz, ne putem pune următoarea întrebare: Cine o stăpânește?

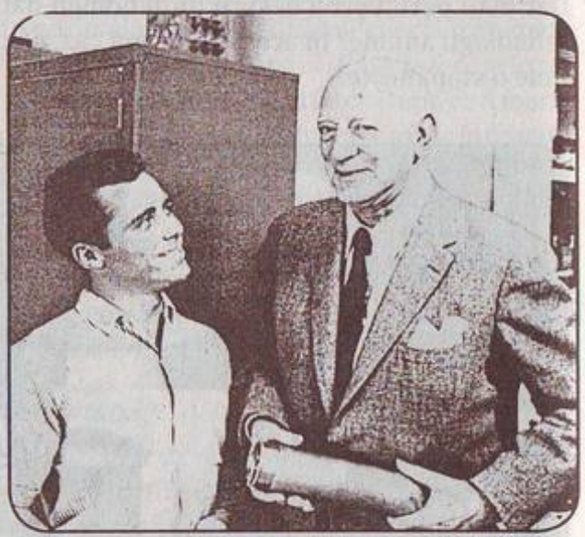
profesor yoga Gregorian Bivolaru



O ULUITOARE RELATARE DESPRE AȘA-ZISA APĂ VIE

Apa are un rol esențial pentru bunăstarea vieții noastre. În diferitele tradiții spirituale ale omenirii există numeroase referiri la așa-numita apă vie, apă capabilă să potențeze și chiar să redea forța vitală a unei ființe umane. Secretul apei vii i-a fost dezvăluit unui confrate mai tânăr de către savantul român Henri Coandă, cu puțin înainte ca el să părăsească această lume. Henri Coandă (1886-1972), inventator renumit, părintele avionului cu reacție și al dinamicii fluidelor, a considerat „apa vie" ca fiind marea descoperire a vieții sale. Aceasta este o apă deosebită, cu un mare potențial binefăcător asupra sănătății umane, pe care savantul român o descoperise călătorind în diferite zone geografice ale lumii, zone ce erau populate de oameni care trăiau în medie peste 100 de ani.

Secretul longevității lor era simplu și consta, printre altele, în faptul că apa pe care o ei o beau în mod curent provenea din niște ghețari străvechi. Convins fiind că formula ei ar putea fi recreată în laborator, savantul român i-a încredințat această misiune științifică tânărului Patrick Flanagan, care, după o muncă de 30 de ani, desfășurată alături de soția sa, a reușit să producă o apă identică cu apa ghețarului Hunza. Dr. Patrick Flanagan afirmă: „Dr. Henri Coandă m-a invitat la scurt timp după împlinirea vârstei sale de 80 de ani, când încă era într-o formă fizică deosebită, la el în birou și mi-a spus: «Am un proiect la care am lucrat toată viața mea, și nu cred că îl voi putea duce la bun sfârșit. Doresc să-ți încredințez ție acest proiect, în vederea continuării cercetărilor.»



Henri Coandă (dreapta) împreună cu dr. Patrick Flanagan (stânga), pe atunci în vârstă de 17 ani, în Laboratoarele de Cercetare Huyck în 1962

Henri Coandă și-a dedicat întreaga viață descoperirii secretului „tinereții fără bătrânețe" și a vizitat cinci regiuni diferite de pe această planetă, renumite pentru longevitatea locuitorilor lor. Aceștia trăiesc peste 100 de ani, se bucură de o sănătate excelentă, nu se confruntă cu boli, cum este de exemplu cancerul, nu au carii dentare și pot avea copii chiar și la vârste foarte înaintate. Aceste regiuni de pe glob erau: Valea Hunza din nordul Pakistanului, Vilcabamba din Ecuador, o vale muntoasă din Georgia, una din Mongolia și alta din Peru. Locuitorii acestor ținuturi au o alimentație diferită, însă cu toții au același fel de apă. Coandă a măsurat caracteristicile neobișnuite ale acestor ape și a observat că toate au în comun puncte diferite de îngheț și de fierbere, o vâscozitate diferită și o tensiune superficială diferită.

În anul 1920, Coandă a inventat prima „mașină de fulgi de zăpadă", o predecesoare a tunurilor de zăpadă de astăzi. Fulgii de zăpadă au un sistem circulator asemănător cu cel al ființelor vii, format din artere mici ca niște brațe, prin care circulă apa. Apa îngheață spre exterior și continuă să circule în interior. El a descoperit că la temperaturi sub 0°C, atunci când fulgii se formează, viața lor durează atâta timp cât apa circulă prin artere, iar pe măsură ce această circulație încetinește, fulgii îngheață și „mor". Coandă considera tocmai de aceea fulgii de zăpadă ca pe niște ființe vii. El a cercetat viața fulgilor de zăpadă în diferite zone de pe planetă și a făcut, în cursul călătoriilor sale, descoperiri de o importanță vitală, cu multiple consecințe de ordin practic. După 5 ani de cercetări, el a ajuns să poată să prezică durata medie de viață a oamenilor din orice loc de pe glob, pur și simplu prin stabilirea calității apei ce era consumată în mod frecvent de către acei oameni.

Flanagan a început la rândul său propriile sale cercetări, care au durat peste 30 de ani, pentru a găsi răspunsuri la întrebările lui Coandă. El a primit de la savantul român și un eșantion de apă Hunza, veche de 40 de ani. Pe la începutul secolului al XX-lea, ca să ajungi în valea Hunza erau necesare cam trei luni de zile, iar pericolele pe care trebuia să le înfrunți pe drum erau foarte serioase. Coandă afirma că apa băută de localnici provine dintr-un ghețar vechi de mii de ani. Apele zgomotoase care udă această vale sunt de fapt cauza sănătății excelente a băștinașilor, precum și a longevității lor. Ei beau această apă, care are un aspect foarte lăptos, din cauza mineralelor pe care le conține, în timp ce pentru vizitatori, care consideră această apă prea tulbure ca să o bea, există o fântână cu apă limpede, săpată în mijlocul văii. Cei de prin partea locului nu ar bea niciodată din această apă, conștienți fiind că apa ghețarului este cu mult mai sănătoasă.

Flanagan și-a început cercetările, realizând tot felul de experimente, și chiar a reușit să obțină o apă cu aceleași caracteristici superioare, însă în momentul în care lichidul se mișca, ele dispăreau și apa revenea la starea ei anterioară. În schimb, apa originară din valea Hunza, cu toate că era veche de 40 de ani, nu își schimba deloc proprietățile, chiar dacă o agitai, o fierbeai sau o înghețai. De ce își păstra apa Hunza proprietățile nealterate? În cele din urmă, savantul american a descoperit în această apă particule minerale foarte mici, de 5 nanometri în diametru și de 2.000 de ori mai mici decât o globulă roșie! Aceste particule minerale posedă un potențial electric foarte ridicat, numit potențial Zeta, și sunt răspândite în toată această apă din valea Hunza, atrăgând moleculele de apă. Moleculele de apă sunt polare, iar dacă le observăm mai atent, vom găsi o parte de oxigen și două părți de hidrogen, care își împart împreună electronii. Partea cu hidrogen are o încărcătură pozitivă, iar cea cu oxigen una negativă, iar spațial, ele formează un tetraedru. Aceste mici

particule minerale din apa Hunza au o încărcătură electrică negativă, motiv pentru care ele atrag hidrogenul, rezultând în final structuri cristaline fluide.

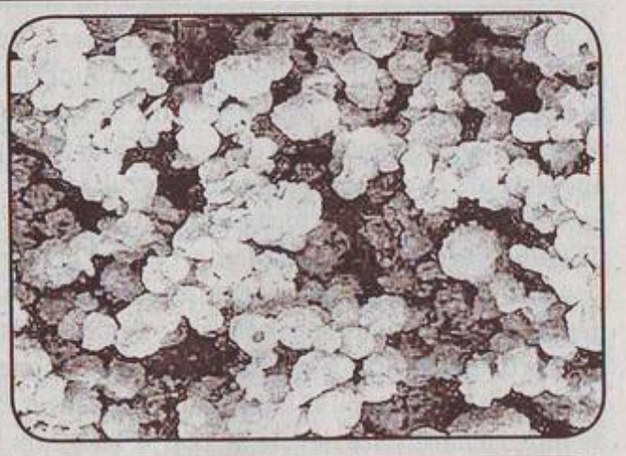
Între timp, prin studiile care s-au făcut legat de rezonanța fluido-magnetică, știm că în organismul uman, apa din jurul celulelor și din jurul proteinelor din celule prezintă o structură cristalină elevată. Dacă bem apa obișnuită de la rețea, care nu prezintă nicio structură (așa-numita apă „amorfă"), organismul nostru trebuie să transforme această apă într-o „apă vie", biologică, ce are o structură cristalină. Apa din valea Hunza are deja această structură; aceasta înseamnă că atunci când oamenii din regiune o beau, au deja o apă biologică, prezentând toate caracteristicile de care organismul are nevoie pentru a trăi. Apa obișnuită are o tensiune superficială de 73dyn/cm. Apa formează la suprafață o „pojghiță", iar forța necesară pentru a învinge această tensiune superficială se măsoară în dyn/cm.

Cu cât tensiunea superficială este mai redusă, cu atât apa este mai „udă". Motivul pentru care nu se poate face la temperatura camerei piure de cartofi din pudră de cartofi deshidratați și apă obișnuită este că piureul are nevoie de o apă cu o tensiune superficială de aproximativ 45 dyn/cm. Apa obișnuită nu reușește să îmbibe corespunzător praful de cartofi și de aceea se formează cocoloașe, în timp ce apa fiartă, cu 55 dyn/cm, este mai „udă" și poate fi folosită cu succes pentru a face piure de cartofi. Celulele din trupul nostru au membrane lipoproteice, formate din grăsimi (acizi grași naturali) și proteine. Toate celulele necesită o apă cu tensiunea superficială de aproximativ 45 dyn/cm. Apa hidratează celulele, dar este în același timp și un mijloc de transport, în două sensuri: pe de o parte duce substanțele hrănitoare în celulă și pe de altă parte elimină din celulă substanțele reziduale. Fără această tensiune superficială scăzută, apa nu poate să treacă prin peretele lipidic al celulei!

Dr. Alexis Carrel

Dr. Alexis Carrel a primit premiul Nobel pentru că a reușit să mențină în viață, în condiții de laborator, o inimă de găină timp de 37 de ani. El spunea că secretul vieții constă în hrănirea corectă a celulei și eliminarea toxinelor, iar dacă acest lucru încetează dintr-un motiv sau altul, celula moare intoxicată cu propriile ei reziduuri. Pentru ca toxinele să poată fi eliminate din celule, iar hrana să poată pătrunde în acestea, este foarte important ca celulele să fie într-un contact foarte strâns cu apa, iar noi știm că apa și uleiul (mai precis, grăsimile din membrana celulară) nu se amestecă.

Peretele adipos al celulei se opune penetrării unei ape obișnuite cu 73 dyn/cm, pentru că nu se pot crea legături intime între această apă și suprafața membranei celulare. Din acest motiv, pătrunderea substanțelor hrănitoare în celulă și eliminarea toxinelor din celulă nu ar putea avea loc în aceste condiții.



La microscopul electronic , dr. Flanagan a pus în evidență microclusteri de siliciu (în imagine), ce sunt prezenți în apa văii Hunza și care elimină metalele grele din organism

S-a măsurat tensiunea superficială a lichidelor biologice la 200 de persoane, 100 de femei și 100 bărbați. În acest mod s-a stabilit că tensiunea superficială a lichidelor biologice este de 45 dyn/cm. După 30 de ani de cercetări, și după ce s-a căsătorit, Flanagan a ținut împreună cu soția sa o cură de 40 de zile cu suc de portocale, după care a continuat încă 6 luni, timp în care a consumat numai lichide. În tot acest timp mintea lor a devenit uluitor de clară și exact în această perioadă ei au reușit să sintetizeze cu succes acel mineral care se găsește în apa Hunza. Ei au început imediat să bea această apă, iar lumea a început să spună: „Voi arătați minunat, mult mai tineri ca acum 15 ani, când v-am văzut ultima oară." Odată băută, acest tip de apă este capabil să stabilească legături intime și cu substratul adipos al membranei celulare. Se pot bea tone de apă cu tensiunea superficială de 73 dyn/cm, de exemplu apa curentă de la rețea, dar dacă lipsesc micronutrienții care să o convertească la 45 dyn/cm, se poate ajunge la deshidratare la nivel celular! Apa băută poate trece prin organism fără să hidrateze cu adevărat și nu înseamnă că dacă bem destulă, suntem neapărat sănătoși! Celulele deshidratate trec într-o stare catabolică, ceea ce înseamnă că organismul începe să-și consume propriile celule și țesuturi, practic să se autodistrugă. Așa se poate explica, din acest punct de vedere, apariția bolilor autoimune, cum sunt, de exemplu, lupusul, scleroza în plăci, sclerodermia. Din această cauză, apa sănătoasă este cel mai important lucru pe care îl putem oferi organismului nostru, însă numai o apă de băut cu adevărat bună va genera sănătate și viață lungă.

Flanagan și-a dus mai departe cercetările și a studiat lucrările lui Albert Szent Györgyi, un biochimist maghiar, de asemenea laureat al premiului Nobel, care, printre altele, a descoperit vitamina C. Acesta a afirmat că hidrogenul ar fi combustibilul vieții și a explicat din punct de vedere biochimic de ce este așa. Mulți dintre noi am auzit despre ciclul sau circuitul carbonului în natură. De fapt, acesta este un ciclu al hidrogenului. Plantele preiau lumina solară, cu ajutorul căreia descompun apa în hidrogen și oxigen. Se știe că hidrogenul ia parte la producerea de glucide, de lipide

și proteine, în timp ce oxigenul este eliberat, formând aerul pe care-l respirăm. Dehidrogenazele sunt enzime care scot hidrogenul din hrana vegetariană ajunsă în organismul nostru. Glucidele sunt formate din 1/3 carbon, 1/3 oxigen și 1/3 hidrogen. Dehidrogenazele eliberează hidrogenul (combustibilul) din glucide, care apoi este ars cu ajutorul oxigenului, rezultând astfel energia necesară organismului, iar carbonul și oxigenul formează bioxidul de carbon, care este eliminat în exterior, de unde este reabsorbit de plante. Ceea ce denumim circuitul carbonului în natură, se poate spune pe bună dreptate că este de fapt un circuit al hidrogenului, plantele dându-ne hidrogenul, care este ars ca un combustibil de către organismul nostru.

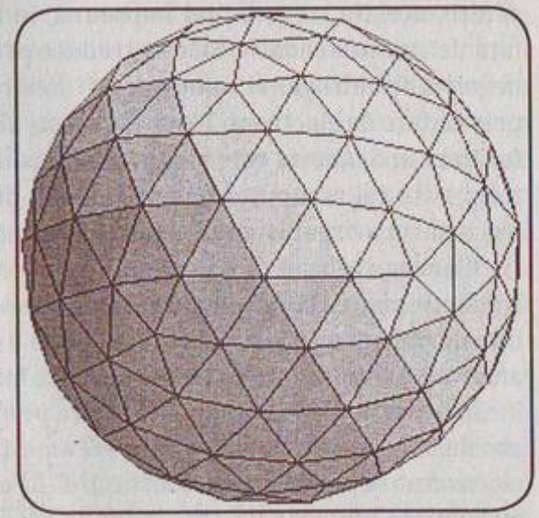
Aproximativ 60% din caloriile pe care le ingerăm sunt transformate în ATP, un compus chimic capabil să înmagazineze energie. Producerea ATP-ului este un proces de hidrogenare. Este nevoie de cca. ¼ kilogram hidrogen pentru producerea ATP-ului zilnic necesar corpului nostru. Restul de 40% din calorii sunt folosite pentru încălzirea trupului la 37° C. În Franța a existat un doctor cu numele Vincent, care era șeful Departamentului de Hidrologie al Franței. Slujba sa era să călătorească prin țară și să verifice calitatea apei. În acest fel el a observat că oamenii din unele orașe erau foarte bolnavi, nu aveau energie, erau foarte sensibili la tot felul de răceli, în timp ce în alte orașe oamenii erau plini de viață și sănătoși. El s-a gândit atunci că aceste situații ar putea avea legătură cu calitatea apei. A început să analizeze compoziția apelor din toate regiunile țării, iar apoi și-a continuat cercetările în cadrul biroului francez pentru statistici medicale și a descoperit că există într-adevăr o legătură directă între calitatea apei și starea de sănătate a populației din respectivele orașe. Dr. Vincent a măsurat trei parametri ai apei. Primul parametru, pH-ul, indică gradul de aciditate sau alcalinitate al unei soluții. Prescurtarea „pH" provine de la expresia latinească *„potentia hydrogenii"* (puterea hidrogenului). Acest parametru măsoară concentrația ionilor pozitivi de hidrogen și este exprimat în valori cuprinse între 0 și 14, unde 0 reprezintă nivelul cel mai acid, iar 14 cel mai alcalin al soluției. 7 reprezintă punctul neutru și este valoarea pe care o are pH-ul apei curate. Un pH de 7 arată că soluția respectivă conține 10 miliarde de H^+/cm^3 de soluție, iar un pH=6 înseamnă 1 miliard H^+/cm^3. Al doilea parametru investigat a fost valoarea rH-lui (*relative Hydrogen*). Cei mai mulți oameni nu au auzit niciodată de rH. Valoarea rH-lui dă informații despre capacitatea reală antioxidantă a ionilor de hidrogen prezenți într-o soluție, altfel spus cantitatea de ioni negativi de hidrogen (H^-) din apă. Pe scala rH, care cuprinde valori cuprinse între 0 și 42, valoarea 28 reprezintă punctul de echilibru, punctul de mijloc. Un rH mai mic de 28 arată capacitatea antioxidantă a soluției, iar peste 28 arată prezența în soluția respectivă a unei puteri oxidative. rH-ul este un indicator crud și corelativ al puterii antioxidante a unei soluții. Se pare că acest micuț și ușor ion de hidrogen încărcat cu doi electroni, față de un electron, cât are atomul normal de hidrogen, dobândind astfel o sarcină electrică globală negativă, a fost antioxidantul original pentru toate formele de viață de pe Pământ și este posibil ca el să fie singurul cel mai bun antioxidant pentru ființa umană în

ziua de astăzi. H^- este fragil în biosfera noastră și este ușor de eliminat sau distrus prin procesare, albire, decolorare sau încălzire. Se pare că strămoșii noștri, spre deosebire de noi, consumau cantități semnificative de hidrid (H^-) în alimentația zilnică. H^- joacă un rol critic în toate formele de viață de pe Terra. El acționează atât ca purtător de energie (oferind „moneda energetică"), dar și ca antioxidant în multe sisteme biologice. În rolul său antioxidant, H^- funcționează ca un puternic reducător (al nivelului oxidativ) primitiv, primordial, primar, care există în mâncarea crudă, neprocesată și în multe surse de apă „sălbatice", neprelucrate din biosferă. Unele astfel de surse de apă sunt cele glaciare, cele din lacurile de altitudine, cele din anumite puțuri și izvoare. Sinonime pentru acest ion negativ de hidrogen sunt: ion hidrid, hidrogen redus, hidrogen activ, hidrogen *singlet*, ion H minus, H minus.

Pe scala rH de la 0 la 42, valoarea 28 reprezintă zona în care cantitatea de ioni de H^- din apă este foarte mică . Deasupra acestei valori nu mai există ioni de H^- în apă, iar sub această valoare încărcarea cu H^- crește cu puterea lui 10. De exemplu, în comparație cu valoarea 28, unde numărul de ioni H^- este extrem de redus (N), numărul ionilor hidrid la rH 22 este de un milion de ori mai mare (N x 1.000.000. Cel mai sănătos oraș din Franța are o apă cu rH de 22, iar majoritatea celorlalte orașe au o apă cu valori situate în zona superioară a scalei, cu mult peste 22. Aceasta înseamnă că apa respectivă conține puțini ioni hidrid. Prin comparație, ar trebui băute un milion de pahare de apă cu rH 28 pentru a ingera aceeași cantitate de hidrogen activ existentă într-un pahar cu apă având rH 22.

Al treilea parametru măsurat a fost conductibilitatea electrică sau rezistența apei, care dă informații despre conținutul mineral al apei.

Cu timpul, dr. Vincent a stabilit că cei mai sănătoși oameni beau o apă cu un pH puțin sub 7, deci foarte ușor acidă, care conține însă cantități mari de electroni (ioni hidrid) și foarte puține minerale. Aceasta ar fi cea mai sănătoasă apă. Flanagan a examinat apă Hunza veche de 40 de ani și a descoperit că ea avea cantități uriașe de electroni, echivalentul unui rH de 21, aceasta însemnând că era de 10 ori mai bună decât apa celui mai sănătos oraș din Franța. Ar fi trebuit să se bea 10 milioane de pahare din apa acestui oraș francez pentru a se obține cantitatea de electroni conținută într-un pahar de apă Hunza. Și mai uimitor este însă faptul că un pahar cu suc de portocale proaspăt stors are un rH de 7, ceea ce reprezintă într-adevăr o încărcătură extraordinară de electroni! Dr. Vincent și-a prezentat concluziile



Aceasta este o formă de dom geodezic

privitoare la legătura care există între calitatea apei și rata mortalității prin cancer, infarct cardiac etc., înregistrată în diferite orașe din Franța. Rata mortalității era peste tot ridicată, singura excepție fiind localitatea Volvic, unde s-a măsurat un rH de 22! Volvic exporta apă de băut în toată lumea, dar desigur, apa pe care o beau localnicii este mai bună decât cea îmbuteliată, pentru că este proaspătă. S-a observat că adeseori, în timpul îmbutelierii și al transportului, apa se poate oxida, din cauza luminii și a căldurii care trec prin ambalaj, distrugând astfel electronii. Oxidare înseamnă pierdere / cedare de electroni. Despre oxigen se știe că este un oxidant, pentru că ia / acceptă electroni de la alți atomi din soluție / mediu, în cadrul reacțiilor biochimice. Fluorul și apa oxigenată sunt și ei oxidanți, deoarece „fură" electronii. În principiu, toți radicalii liberi „fură" electroni din celulele noastre. La ora actuală, se consideră că denaturarea ADN-ului celular din cauza radicalilor liberi stă la baza procesului de îmbătrânire. Fiecare celulă din trupul nostru este atacată în fiecare secundă de circa 100.000 de radicali liberi.

Toți antioxidanții au un aspect în comun: cedează electroni mai ușor decât o fac celulele. Dar și ei cedează electronii pe niveluri diferite. De exemplu, vitamina C este cunoscută ca antioxidant, dar după ce cedează un electron ca să protejeze celula, devine la rândul ei radical liber, care caută să „fure" un alt electron de la celule, până când un alt antioxidant, precum pycnogenolul (OPC), apare și donează electronul său vitaminei C, devenind la rândul său un radical liber, pentru ca apoi vitamina E să apară și să cedeze un electron, devenind ea însăși un radical liber, totuși nu așa de periculos cum era vitamina C, și așa mai departe. Acest proces se numește „cascada electronilor" sau „efectul de cascadă", care arată de ce avem nevoie de un spectru larg de antioxidanți în organismul nostru. Un singur antioxidant nu este suficient. Avem nevoie de toți acești antioxidanți, cum sunt vitamina C, vitamina E, pycnogenol, și alții, aceștia contribuind împreună, în mod sinergic, la protecția organismului față de stresul oxidativ care se traduce prin termenul „îmbătrânire" . Practic, ionii negativi de hidrogen H^- sunt singurii donori de electroni care nu devin radicali liberi prin cedare de electroni. Tot ce fac ei este să cedeze electronul, să ardă oxigenul și să formeze apa. Acesta este singurul antioxidant care se comportă astfel și, în același timp, este cel mai puternic antioxidant, pentru că ionul de H^- se poate deplasa în orice parte a organismului, exact acolo unde este nevoie de el.

Flanagan afirmă că acești ioni trec ușor prin toate mediile, chiar și prin cele mai oxidante, pentru că împreună cu pudra de microclusteri sunt foarte stabili. O capsulă într-un pahar cu apă face pentru cel puțin 8 ore, apa să fie încărcată cu electroni. Dacă amestecul se pune într-o sticlă de culoare închisă, care împiedică pătrunderea luminii, încărcătura de electroni se poate păstra pe o perioadă și mai lungă de timp. În întuneric absolut, Flanagan a reușit să păstreze amestecul stabil timp de 6 luni, pentru că niciun electron nu se pierde prin „fotodetașare". La ora actuală se știe că apa formează structuri geometrice pentagonale, care în spațiu iau forma unor domuri geodezice. În condițiile în care apa nu este expusă la lumină, aceste forme geodezice în care ei sunt prinși le

conferă o anumită stabilitate.

În Germania, dr. Morell, inspirat de lucrările doctorului Vincent, a conceput un aparat cu care se măsoară pH-ul, rH-ul și conductibilitatea electrică a sângelui, a urinei și a salivei și care permite obiectivarea pe loc a parametrilor acestor fluide biologice. El a început să testeze pacienți în Germania, Franța și în toată Europa și a descoperit că peste un milion de oameni prezintă un nivel foarte crescut de radicali liberi (supraoxidare), adică toți au un deficit de ioni H^-. Cu cât sunt mai în vârstă, cu atât deficitul este mai mare, cu cât sunt mai tineri, cantitatea de ioni H^- este mai mare. Aceasta ar putea să fie cheia pentru o viață lungă și sănătoasă!

Dr. Morell a administrat acestor oameni cruditați, legume și fructe, pentru că la timpul acela nu avea posibilitatea să le ofere în mod direct ioni de H^-. Sănătatea lor s-a îmbunătățit spectaculos și, firește, cantitatea de ioni de H^- a crescut. Flanagan recomandă din acest motiv cu căldură consumul de alimente organice crude, în cantități cât se poate de mari. Pregătirea tradițională, prin tratament termic, a mâncării duce la distrugerea acestor ioni. Fierberea în vase de metal duce la pierderea rapidă a ionilor, pentru că electronii se „scurg" foarte ușor prin obiecte de metal. În unele societăți arhaice se considera că prin atingerea hranei cu obiecte de metal s-ar distruge o anumită formă a energiei vieții pe care hrana o conține. Se foloseau din această cauză cuțite de bambus sau de piatră, căci se știa intuitiv că folosirea metalului duce la pierderea ionilor negativi din hrană. Dr. Morell a conceput o diagramă în care putea integra orice boală cunoscută și care evidențiază modul în care absența electronilor conduce la apariția bolilor. De exemplu, în cazul terenului unei ferme agricole, dacă avem un sol cu pH scăzut, fără un conținut mineral și de electroni corespunzător, putem cultiva cereale, ele vor crește, dar vor fi puțin rezistente la atacul insectelor sau al altor distrugători. Insectele nu atacă cerealele sănătoase, pentru că pe un sol sănătos cresc plante puternice, cu un sistem de apărare capabil să țină insectele la distanță. Insectele preferă plantele slabe, care cresc pe un sol degradat.

Un fenomen analogic se petrece și în organismul nostru. Terenul biologic pentru celulele noastre este reprezentat de fluidul care le irigă. Noi știm că apa este un element de bază pentru desfășurarea vieții. Dacă vom studia biochimia organismului nostru, vom observa că virusurile, bacteriile, ciupercile, sporii nu pot supraviețui într-un teren sănătos pentru celulele noastre. Totuși, dacă ne hrănim greșit, dacă bem o apă de proastă calitate sau dacă organismul nostru este supraoxidat, atunci

putem spune că terenul biologic este degradat și devenim mai vulnerabili.

Profesorul Claude Bernard din Franța a fost contemporan cu Louis Pasteur, care a lansat teoria germenilor patogeni și care a fost cel care i-a sfătuit pe chirurgi să-și spele mâinile înainte de operație, ceea ce este un lucru bun. Pasteur spunea că microbii sunt totul, iar mediul nu are prea mare importanță. El este unul din cei care susțineau că microbii trebuie contracarați. Claude Bernard susținea contrariul, că microbul nu are prea mare importanță, iar mediul este totul. Pe patul de moarte, Pasteur a recunoscut că mediul este totul, dar nu l-a mai luat nimeni în serios, crezându-se că a început deja să aiureze. Ultimele declarații ale unui biet muribund au fost ignorate. 99% din procesele fiziologice care au loc în organism depind în mod esențial de apă. Hidrogenul ajută la hidratarea celulară. Într-un articol apărut în 1993 în prestigiosul jurnal științific „*The Lancet*", se afirmă: „Este evident că hidratarea celulară, umidificarea, este un factor important în controlul sintezei de proteine la nivel celular. Degradarea proteinelor este invers proporțională cu hidratarea celulară. O creștere a hidratării celulare acționează ca un semnal anabolic, ca un semnal de proliferare, pe când o deshidratare celulară este un semnal catabolic și antiproliferativ." Când celulele noastre sunt hidratate, ele se dilată. Organismul nostru trece atunci într-un stadiu anabolic, cu formarea de noi celule, ceea ce este sănătos. Când celulele sunt deshidratate, organismul trece rapid, în câteva minute, într-o stare catabolică, în care se consumă din masa musculară și apar tot felul de boli colaterale. Acest adevăr incontestabil era cunoscut din vremuri îndepărtate de către înțelepții din India. În cadrul științei milenare ayurvedice, este cunoscut faptul că atunci când în trupul ființei umane se amplifică peste măsură uscăciunea, sănătatea generală a organismului este amenințată. În schimb, prezența armonioasă a umidității sănătoase este cauza principală a menținerii și dezvoltării armonioase a trupului.

Organismul conține în proporție de 70% apă, creierul chiar peste 90%, așa că o hidratare insuficientă poate duce la o senzație de deprimare sau de lipsă de energie. Organismul are nevoie într-adevăr de multă apă, însă acest lucru nu este spus și subliniat suficient de mult. Apa obișnuită de la robinet are o tensiune superficială ridicată și astfel ea nu poate să hidrateze în mod corespunzător celulele trupului. Apa trece prin organismul nostru fără să poată fi utilizată cu adevărat de celule. Când apa este „mai udă", totul se face mai bine.

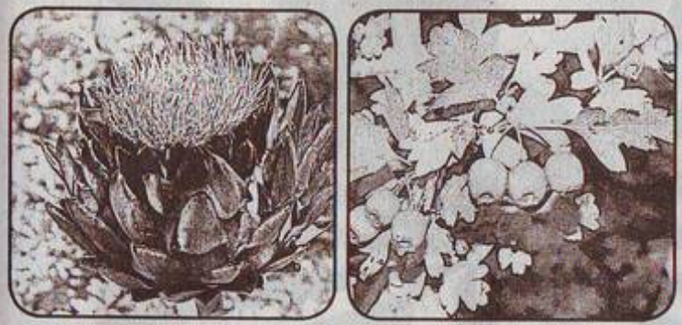
Din punct de vedere practic, unul dintre cele mai bune lucruri pe care le putem face este să ne procurăm un filtru de apă cu cărbune sau un aparat de purificare a apei prin osmoză inversă sau prin distilare. Este indicat, dacă este posibil, să bem o apă care a fost demineralizată. Conținutul mineral al apei modifică totul. Există studii care au stabilit că apa dură este foarte bună pentru boli de inimă, dar ceea ce aceste studii nu au arătat îndeajuns este diferența dintre cele două tipuri de minerale care fac apa dură. Este vorba despre carbonatul de calciu și carbonatul de magneziu. Carbonatul de magneziu este bun, pentru că organismul are nevoie de el. În plus, există multe ființe umane care se pot confrunta cu un deficit de magneziu. Însă dacă

apa este dură din cauza excedentului de calciu, aceasta nu este bine pentru inimă, pentru că atunci calciul în exces, fără suficient magneziu, duce la migrarea calciului din oase către țesuturile moi, care se calcifiază, iar atunci mușchii devin mai rigizi. Atunci când avem suficient magneziu în trup, se declanșează un răspuns hormonal corespunzător, ce conduce la migrarea inversă a calciului, dinspre țesuturile moi înspre oase. Reglarea acestui raport poate fi realizată folosind anumite plante medicinale ce reprezintă surse naturale de magneziu, cum sunt, de exemplu, rocoina (*Stellaria media*), limba mielului (*Borago officinalis*), anghinarea (*Cynara scolymus*), păducelul (*Crataegus monogyna*), brusturele (*Arctium lappa*), captalanul (*Petasites hybridus*), frunzele de senna (*Senna angustifolia*) și frunzele de zmeur (*Rubus idaeus*). Acestea pot fi folosite pentru a îmbogăți apa pură pe care o consumăm. Maceratul la rece din aceste plante, consumat chiar și numai o dată pe zi, generează efecte benefice de relaxare a musculaturii și favorizează regenerarea celulelor musculare.

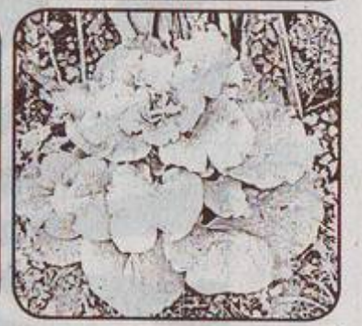
Aurora Nicolae

Rocoină

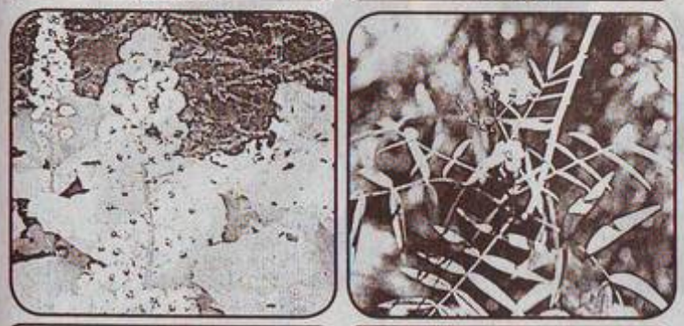
Limba mielului



Păducel



Brusture



Frunze de senna

Frunze de zmeur

PĂMÂNTUL
O ENIGMATICĂ FIINȚĂ VIE

Marile descoperiri și invenții din epoca modernă au fost extrem de utile în explorarea planetei pe care trăim, Pământul, și a tuturor fenomenelor naturale care se produc la suprafața acesteia. Geologia, geofizica, meteorologia și diferite alte ramuri ale științei, sunt menite – cel puțin la modul teoretic – să creeze o imagine cât mai exactă asupra forțelor planetare naturale care acționează asupra Pământului, la suprafața acestuia și în interiorul lui.

În anii '80 ai secolului trecut, în cartea „Gaia: o nouă concepție asupra vieții pe Pământ", savantul James Lovelock se referea la planeta noastră ca la un fel de super-organism însuflețit: „Întreaga gamă a formelor de viață, de la balene la virusuri și de la stejari la alge, ar putea fi privită ca formând o singură entitate vie, capabilă să mențină atmosfera Pământului la parametri necesari funcționarii ei și înzestrată cu capacități și puteri mult superioare celor ale părților ei constituente." Din acest motiv, lumea științifică l-a considerat pe Lovelock drept un vizionar excentric. Totuși, cu mai bine de un secol înaintea sa, misticul german Jakob Lorber făcea aceleași afirmații, dintr-o perspectivă mult mai cuprinzătoare. Clarviziunea spirituală pe care i-o conferea comuniunea cu Dumnezeu i-a permis lui Lorber să perceapă anumite aspecte cu totul tainice ale structurii Pământului, pe care-l descria la rândul lui ca pe o uriașă ființă vie, ca pe un organism care pulsează de viață și care este înzestrat cu niște *sui generis* organe interne ce sunt absolut analoage celor din trupul uman. Această perspectivă spirituală asupra lumii interioare a Pământului este totodată incitantă și uimitoare, ilustrând în mod simbolic, dar și concret, corespondența analogică tainică dintre Pământ și ființa umană. Dincolo de aparenta simplitate a limbajului, aspectele revelate de Lorber, pe care vi le prezentăm în mod sintetic în cele ce urmează, invită la o profundă meditație asupra vieții și la respectarea ființei care ne susține și ne hrănește, planeta Terra.

Centrul de greutate sau inima Pământului

Dacă studiem cu atenție un corp oarecare, vom constata trei lucruri. Dincolo de înfățișarea sa exterioară – care include forma sa, dar nu numai – orice corp are o circumferință, o suprafață și o culoare, care depind de lungimea, lățimea și înălțimea sa. Și, ceea ce este și mai important, corpul are o greutate care îi permite să își asume o anumită poziție.

Acestea fiind spuse, ne vom întoarce atenția asupra centrului de greutate al Pământului, o zonă mult mai semnificativă pentru noi, care nu are dimensiunile unui punct, ci dimpotrivă, reprezintă o zonă de mari dimensiuni, în care se desfășoară o activitate intensă.

Cum arată acest centru de greutate al Pământului? Este el o stâncă plină cu diamante, cu minereuri de fier, sau poate un magnet? Să fie oare un spațiu gol, în care nu există decât focul nepieritor din care își extrag forța vulcanii de la suprafața Pământului, prin care nu iese decât fumul focului din interior, ca printr-un fel de coșuri de pe acoperișurile caselor? Evident, răspunsul la aceste întrebări este negativ.

Centrul de greutate al ființei umane este inima sa, care, din punct de vedere fizic, reprezintă un țesut organic alcătuit într-o manieră extrem de rafinată și de complexă, am putea spune artistică, întrucât în ea sălășluiește sufletul viu al omului; iar în interiorul acestui suflet se află spiritul său nemuritor. Acest centru de greutate este perfect echipat cu cele necesare pentru dezvoltarea vieții pământești și pentru susținerea temporară a trupului, astfel încât, prin această construcție miraculoasă, tot ceea ce este necesar pentru susținerea vieții fizice poate fi produs de către suflet.

Deci, centrul de greutate al Pământului are o structură similară cu cea a inimii ființei umane sau a unui animal. După cum este în cazul inimii omului, inima Pământului – acest centru de greutate – asigură proporțiile corecte ale întregului glob terestru și reprezintă atelierul în care este susținută întreaga viață de pe Pământ.

În numeroasele sale compartimente este produsă o energie extrem de puternică, necesară pentru a direcționa diferitele fluide ale vieții Pământului către organele exterioare ale acestuia,

iar apoi pentru a le absorbi din nou în centru, în vederea reînnoirii lor. Nu este greu să tragem concluzia că inima Pământului este destul de mare. Dimensiunea ei nu poate fi totuși stabilită exact, căci ea trebuie să se dilate și să se contracte extrem de rapid. În medie, diametrul inimii Pământului este de aproximativ 750 de kilometri. Ea se poate însă dilata până la 1.500 de kilometri, după care se poate contracta până la 375 de kilometri.

Din ce este însă alcătuită această *sui generis* inimă a Pământului? Ea este mai puțin alcătuită din materie, la fel ca în cazul inimii unui om sau a unui animal. Putem spune mai degrabă că este vorba de o putere substanțială care se mișcă eficient printr-o structură vie permeabilă, deși solidă, exercitându-și efectele asupra fiecărei celule și a fiecărui organ din organismul Pământului.

Unde este localizat centrul de greutate sau inima Pământului? Este dificil să-l plasăm într-un anume loc, căci locația lui poate suferi modificări importante. Corpul terestru are o asemenea alcătuire interioară încât centrul său de greutate poate opera la fel de bine în nordul sau în sudul Pământului. Este practic imposibilă o localizare absolută a substanței care generează greutatea Pământului. Acest centru de greutate care dă viață materiei poate fi observat inclusiv la anumite plante.

Natura materiei

Rostul materiei nu este definit exclusiv de existența fizică a acesteia. Materia care moare este reciclată continuu, fiind înlocuită de o nouă materie. Mineralele, plantele și animalele de tot felul se nasc, trăiesc și mor. Munții, care cu mii de ani în urmă își întindeau vârfurile până în cele mai înalte straturi ale atmosferei, și-au pierdut astăzi mai mult de jumătate din înălțime. Puterea de distrugere a vânturilor, trăsnetelor și ghețarilor a redus constant din înălțimea acestor munți, transformând rocile dure în pământ moale, care a continuat să se descompună și să moară puțin câte puțin, sub influența ploilor, a vânturilor și a electricității. Aceste procese nu ar fi posibile dacă centrul de greutate al Pământului nu și-ar schimba în permanență poziția.

Unii vor spune că este dureros să auzi că tot ceea ce există se îndreaptă către anihilare, dar Eu vă spun că nu este nimic dureros în acest lucru. Este mult mai bine ca materia și trupul să se descompună în timp, astfel încât viața captivă în el să poată fi eliberată de materie, decât invers: ca viața liberă să sfârșească în cele din urmă odată cu materia (atunci când va sosi timpul ca aceasta să fie definitiv distrusă).

Structura interioară a Pământului

Să analizăm un copac. Primul lucru pe care îl descoperim la acesta este scoarța, care are un aspect exterior (sau mort) și unul interior (sau viu), numit și alburn. Al doilea lucru pe care îl putem constata este lemnul solid, o combinație alcătuită din nenumărate tuburi micuțe așezate unul lângă altul în cea mai frumoasă ordine posibilă. Cel de-al treilea lucru este centrul sau inima copacului, care reprezintă

de regulă un tub mai mare, umplut cu un țesut celular spongios.

Partea exterioară a corpului Pământului reprezintă tot un fel de coajă tare și aparent moartă. La fel ca în cazul copacului, partea interioară a acestei scoarțe este ceva mai vie decât cea exterioară. Deși pare complet moartă, scoarța unui copac poate totuși produce suficientă hrană pentru anumite plante minore, precum mușchiul, la fel cum pielea unui animal nu este atât de moartă încât să nu poată oferi hrană anumitor paraziți minori. Același lucru este valabil și în cazul crustei exterioare a Pământului, care nu este atât de moartă încât să nu poată susține nenumăratele plante și animale care cresc și trăiesc pe suprafața ei.

Această crustă exterioară a Pământului are o grosime de aproximativ 150 de kilometri și reprezintă partea cea mai solidă a corpului terestru. În anumite regiuni ea este mai subțire. În plus, ea nu este la fel de solidă peste tot, dar este suficient de fermă pentru a putea susține cu ușurință tot ce se află la suprafața Pământului. Cea de-a doua parte este nucleul viu al corpului terestru, în interiorul căruia este localizată cea de-a treia parte: inima.

La fel ca în cazul unui copac din a cărui inimă pornesc un mare număr de canale, intersectate de nenumărate tuburi laterale mici, tot așa se petrec lucrurile și în cazul trupului Pământului. Cu cât organele sunt mai apropiate de inimă, cu atât sunt mai mari. Cu cât sunt mai îndepărtate de inimă, cu atât devin mai mici, fiind din ce în ce mai răsfirate.

Hrănirea și rotația Pământului

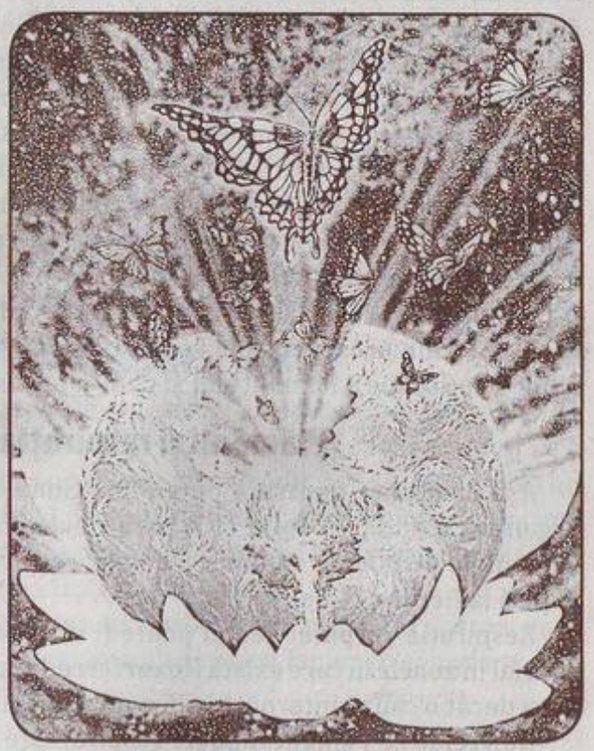
De vreme ce Pământul este – cum s-ar spune – un corp animal organic, chiar dacă imens, el trebuie să se hrănească pentru a supraviețui. De aceea, el are nevoie de o gură, de o trompă sau de un cioc, la fel ca orice animal.

Astfel, Pământul este înzestrat, la fel ca orice animal, cu o gură mare, prin care își primește hrana. În plus, el dispune de un mare număr de tuburi mai mari sau mai mici, folosite de asemenea pentru absorbția hranei, precum și de un canal eliminatoriu principal și de o multitudine de canale eliminatorii mai mici (tuburile și canalele mai mici sunt asemănătoare cu porii organismului animal).

Polul Nord este locul în care se află gura principală a Pământului, iar Polul Sud este locul în care se află principalul canal de eliminare al acestuia. Măsurând de la limita exterioară, acolo unde gura are o formă de pâlnie, diametrul acesteia este de circa 150-225 de kilometri, îngustându-se treptat până la mai puțin de un kilometru. Gura continuă cu gâtul Pământului, care face legătura cu stomacul terestru. Pereții acestui tub nu sunt drepți, și pe o porțiune destul de mare sunt acoperiți cu țepi, la fel ca pielea unui porc țepos gigantic.

Stomacul Pământului este localizat sub inimă, aproximativ la jumătatea corpului terestru. Suprafața sa este de circa 500 de kilometri pătrați, fiind parțial extins și parțial susținut de niște piloni transversali, mai mari sau mai mici; de pildă, unii dintre aceștia au diametrul de 1.312 iarzi (1.200 de metri). Acest stomac și susținătorii săi transversali nu sunt alcătuiți dintr-o substanță solidă; el seamănă

mai degrabă cu un sac elastic uriaș. Pereții săi interiori sunt susținuți de aceeași substanță elastică, asemănătoare cu cauciucul vostru, astfel încât nu pot fi comprimați de forța exterioară a gravitației. Un canal principal iese din stomac și urmează un traseu spiralat prin întregul corp al Pământului, având capătul la Polul Sud. Acest canal principal este alcătuit și el din substanța elastică care stă la baza stomacului, dar la nivelul gurii devine mai ferm. Numeroase alte canale se varsă în canalul alimentar principal al Pământului, la fel ca și în canalul de eliminare.



Se pune acum întrebarea: cu ce anume se hrănește Pământul prin uriașa sa gură? Care este hrana sa și de unde provine ea?

Cine are posibilitatea să viziteze nordul îndepărtat, în regiunile polare, va experimenta fenomene pe care nu le poate întâlni în nici o altă parte a Pământului. Mai întâi, aici se află o regiune de aer foarte rece. Acest aer rece, care este și foarte greu, se unește cu o masă din ce în ce mai densă de vapori care este atrasă către Polul Nord, în special iarna, de numeroasele lumini asemănătoare stelelor căzătoare care există aici. Mai departe, călătorul va descoperi, în jurul cercului polar exterior, banchize imense de zăpadă întărită, și din când în când ghețari. Iată, aceasta este hrana! Aceste mase imense de zăpadă și de gheață sunt atrase în gura uriașă a Pământului de o forță magnetică foarte mare, fiind transportate apoi în marele stomac, unde hrana cristalină este depozitată de-a lungul pereților, a bârnelor transversale și a pilonilor.

Când stomacul este plin, inima Pământului emite o mare cantitate de căldură, care pune în mișcare pereții stomacului. Bârnele transversale dilată și contractă alternativ stomacul, iar aceste mișcări zdrobesc și macină hrana, generând un curent electric pozitiv care separă elementele nutritive, împingându-le apoi către canalele colectoare.

În continuare, un curent electric negativ preia elementele rămase nedigerate și le împinge cu o mare forță către canalul spiralat de eliminare. În acest fel, rămășițele alimentare sunt transformate în excremente, nu înainte de a stoarce din ele și ultimele substanțe nutritive, ca urmare a puternicei mișcări de fricțiune.

Așa se explică de ce partea nordică a Pământului dispune de ținuturi mult mai

mari decât cea sudică, întrucât aceasta din urmă primește o cantitate mai mică de materie, după ce din ea au fost extrase substanțele nutritive.

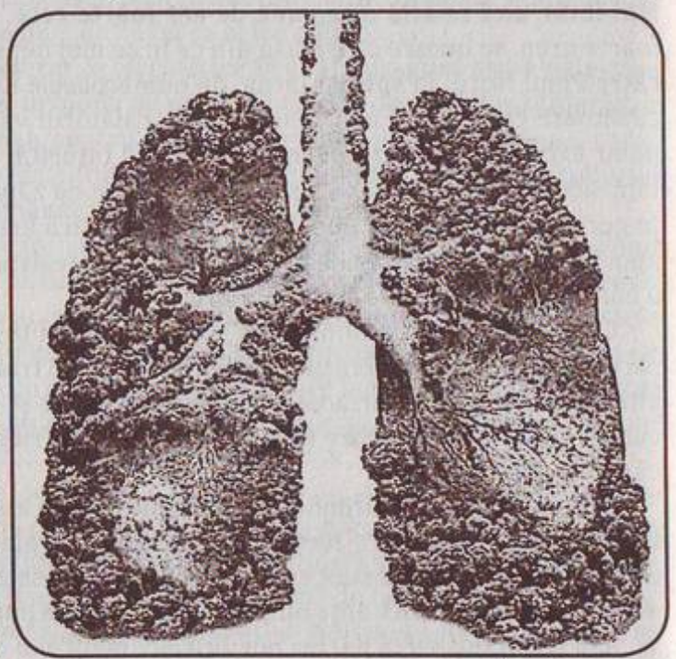
Mișcarea de rotație a Pământului este cauzată de expulzarea acestei cantități uriașe de deșeuri, care generează un impuls în spirală. Fenomenul poate fi comparat cu prinderea unei rachete de marginea unei roți. Dacă racheta este aprinsă, roata se pune într-o mișcare circulară, întrucât aerul care scapă din rachetă exercită o presiune atât de mare încât aerul exterior nu-i poate opune o forță egală și de semn contrar. Se creează astfel un punct de presiune continuă, care învârte roata pe care este montată racheta, din cauza diferenței dintre aerul care iese din rachetă și aerul exterior. Acest exemplu vă permite să înțelegeți cum se realizează mișcarea zilnică de rotație a Pământului și cum este susținută aceasta.

Plămânii și respirația Pământului

Așa cum știți, pentru a putea funcționa corect, este absolut necesar ca un organism fizic să fie dotat cu o pereche de plămâni, o inimă și un stomac. Chiar și plantele dispun de anumite facultăți respiratorii, cu ajutorul cărora inspiră și expiră la fiecare 24 de ore.

Respirația corpului Terrei poate fi observată cu ușurință pe malul mării, în special în zonele în care există fluxuri și refluxuri regulate. Acest fenomen nu poate avea decât o cauză internă, nicidecum una externă.

De vreme ce Pământul poate respira, este limpede că el trebuie să dispună și de instrumentele necesare pentru acest scop. Plămânii Pământului au o capacitate de aproape 101.242 de mile cubice (422.000 de kilometri cubi), fiind localizați direct sub pământul tare de la suprafață. Ei acoperă o suprafață de 108.108 mile pătrate (280.000 de kilometri pătrați). Plămânii sunt alcătuiți dintr-un țesut celular alveolar (ca un fel de rețea), în care există nenumărate compartimente goale, legate între ele prin tuburi mai mari sau mai mici. Aceste tuburi au două funcții: mai întâi, ele conduc aerul în alveolele interioare, după care îl expulzează; în al doilea rând, datorită elasticității lor extrem de sensibile, ei se pot dilata și contracta alternativ, la fel



ca și mușchii și tendoanele animalelor. Aceste dilatări și contracții sunt generate de schimbarea continuă a polilor. Schimbul polarității Pământului are drept cauză un impuls primit din partea sufletului Pământului, și trebuie spus că fără el, mișcarea liberă a corpurilor nu ar fi posibilă.

Respirația este astfel reglată încât Pământul este alimentat cu aer o dată la fiecare șase ore, în timp ce alimentația sa se realizează numai o dată la 12 ore. Atunci când Pământul își ingerează hrana, în plămâni se produce o decantare chimică a aerului, în urma căreia se produce substanța vitală. Așa se face că Pământul inspiră și expiră de patru ori la fiecare 24 de ore, în timp ce se hrănește numai de două ori.

Pământul privit ca bărbat și femeie

Pământul este și o ființă procreativă, deși această funcție se realizează diferit de cazul ființelor umane, al animalelor sau al plantelor. Din cauza naturii sale particulare, Pământul trebuie privit ca un fel de hermafrodit, având deopotrivă un sex masculin și unul feminin. În această privință, el seamănă întru totul cu prima ființă umană. La origini, aceasta a fost în sine deopotrivă bărbat și femeie, la fel ca și spiritele perfecte din cer, care au același atribut bipolar.

De vreme ce Pământul are capacitatea de a procrea, se pune întrebarea: care sunt ființele cărora el le dă naștere, cum se produce acest fenomen și unde se află organele sale reproducătoare?

Principalul organ reproducător este Polul Sud, extrem de proeminent. Polaritatea Pământului fiind negativă în acest punct, se poate afirma fără dubiu că în esență el este de sex feminin.

Dacă privim Pământul numai din această perspectivă, ca femeie, rezultă că el nu este capabil decât să fie un receptor al funcției de procreație. Atunci cine procreează alături de el și, deci, cine îndeplinește rolul masculin?

În mod evident, acest rol revine Soarelui, care are o polaritate opusă!

Ce anume procreează însă Soarele, sau dacă acest lucru s-a petrecut în trecut, ce a procreat el?

Principalul copil al Pământului, Luna, primul copil al acestei femei telurice, a fost procreat în acest fel!

Pământul are mai mulți copii similari: un număr considerabil de comete, care s-au născut prin expulzarea lor în spațiul cosmic (eteric). Alți copii sunt stelele căzătoare – niște planete minuscule, asemănătoare unor comete, care s-au născut tot din Pământ. Ruta lor eliptică și forma lor rotundă sunt cele mai bune dovezi în acest sens. După o vreme, aceste mici planete cad din nou pe Pământ, fiind reintegrate de acesta.

După cum se știe, Pământul are doi poli: unul sudic și altul nordic. Polul Sud este de polaritate negativă, iar Polul Nord de polaritate pozitivă; unul atrage și celălalt respinge. Consecința este că cei doi poli pot exista foarte confortabil unul în vecinătatea celuilalt, căci în timp ce unul este donator, celălalt este receptor.

Datorită acestei relații polare, interacțiunea dintre cei doi poli este preponderent

reciprocă. Astfel, la nivel exterior, Polul Nord devine receptiv, întrucât primește întreaga cantitate de hrană necesară Pământului. Pe de altă parte, Polul Sud „nu ia nimic în gură", ci doar elimină, manifestând polaritatea inversă. Privind lucrurile din interior, Polul Nord devine un donator, iar cel Sud un receptor. Se poate vedea din acest exemplu cum Pământul manifestă alternativ ambele polarități, fiind parțial de polaritate masculină și parțial de polaritate feminină.

Mult mai spectaculos este efectul polar inversat al trecerii de la vară la iarnă, căci în emisfera nordică a Pământului este iarnă timp de jumătate de an, timp în care în emisfera sudică este vară; în următoarea jumătate de an, anotimpurile se inversează. Iată explicația esoterică a acestui fenomen: iarna reprezintă un aspect masculin, iar vara unul feminin. Iarna își depozitează sămânța în receptorul feminin al verii, care poartă în pântec ceea ce a procreat iarna. De aceea, în timpul iernii, una din emisfere are o polaritate masculină, iar cealaltă una feminină, ceea ce face ca Polul Sud, care de regulă este feminin, să apară drept masculin față de Polul Nord, care devine feminin în timpul acestei perioade. Există totuși o diferență: fructele din emisfera sudică a Pământului sunt întotdeauna mai dulci, mai moi și mai mari decât cele din emisfera nordică; ele nu sunt la fel de tari ca acestea din urmă deoarece feminitatea predomină în emisfera sudică indiferent de rolul pe care îl joacă aceasta. Folosind legea paradoxului, ne-am putea exprima astfel: nordul Pământului este un bărbat-femeie, în timp ce sudul său este o femeie-bărbat. Din această descriere rezultă în mod evident că Pământul are o dublă polaritate. Pentru a avea o imagine de ansamblu mai bună, trebuie să știți că Pământul își schimbă polaritatea o dată în timpul zilei și o dată în timpul nopții. Noaptea este întotdeauna feminină, în timp ce ziua este masculină. Orice procreează ziua, noaptea păstrează în pântecul ei întunecat. În mod similar, orice sămânță este procreată și fructificată de Pământ ca ființă de sex masculin, după care este purtată în pântec și născută la momentul oportun de același Pământ, privit de data aceasta ca ființă de sex feminin.

(fragmente semnificative din lucrarea „Pământul" primită prin dicteu divin inspirat de către Jakob Lorber)

MODALITĂȚI PRACTICE PERFECT NATURALE PRIN INTERMEDIUL CĂRORA DEVINE CU PUTINȚĂ SĂ NEUTRALIZĂM EFECTELE DEVASTATOARE ALE RADICALILOR LIBERI

Despre celebrul yoghin Babaji, Ghidul spiritual cu trup de adolescent, se afirmă în tradiția spirituală orientală că are o vârstă de peste 1800 de ani. Babaji este supranumit și „marele yoghin tânăr de șaisprezece primăveri". Babaji își păstrează aceeași formă și strălucire fizică de milenii. Primul ghid spiritual al lui Babaji, Siddha Boganathar, avea vârsta de 315 ani când a plecat în regiunile nordice din China, pentru a pune acolo bazele unui centru spiritual, unde ulterior a activat mai bine de 200 de ani. Despre maestrul lui Siddha Boganathar, pe nume Agastyar, se afirmă că trăiește și astăzi, în același corp fizic, ce pare a fi nemuritor, de peste 3000 de ani.

Se știe că printre modalitățile practice prin care o ființă umană poate atinge astfel de performanțe, pe primul loc se află practica spirituală ardentă, ce conduce la apariția stărilor de comuniune profundă cu Absolutul Divin, Dumnezeu, precum și transmutarea și sublimarea integrală a potențialului creator-sexual prin continență sexuală perfectă, transfigurare și iubire și, de asemenea, prin utilizarea și asimilarea principiilor active ale unor amestecuri obținute din plante vindecătoare benefice. Siddha Boganathar a atins starea de soruba samadhi, prin grația lui Murugan (un alt nume al lui Skanda, fiul lui Shiva). Boganathar a anticipat că în viitor oamenii vor suferi de un mare număr de boli. Ca expert în medicină a folosit 4448 de plante și a obținut nouă leacuri (Nava Bashanam) din al căror amestec a conceput un remediu universal capabil să vindece orice boală. Prin ghidarea lui Agastyar a realizat din acest amestec o statuie a lui Murugan ce este venerată în templul lui Murugan din Palani, un oraș din sudul Indiei. În timpul ritualurilor de adorație a acestei zeități se turna pe statuie un amestec de lapte și panchamirtham (un fel de gem de fructe), extrăgându-se astfel remediul.

Siddha Boganathar

Realitatea omului modern este demnă de o mare compasiune, dacă ne raportăm la exemplele excepționale de mai sus. Longevitatea medie a omului modern este de aproximativ 70 de ani, iar cazurile celor care reușesc să depășească vârsta de 100 de ani sunt mediatizate ca miracole. Din cei 70

de ani, de obicei ultimii 20 sunt petrecuți într-o suferință crescândă, proporțional cu cantitatea de medicamente ingerate, cu vizitele la medic și cu internările în spitale. Vârstnicii au ajuns să se laude cu câte intervenții chirurgicale au suportat și se simt mândri, spunând: „eu am mai multe operații decât tine, dintre care una la Viena." „Da, dar pe mine m-a operat profesorul Popescu, cel despre care se spune că are ≪mâini de aur≫, răspunde un alt pensionar. A fi bătrân, neputincios și nefolositor la 70 de ani este un fapt considerat normal în zilele noastre, de către oamenii ignoranți. Se consideră că e normal ca femeile să ajungă la menopauză la 50 de ani (în SUA, în ultimii ani, s-au raportat cazuri chiar începând cu vârsta de 30 de ani), iar bărbații să devină gradat impotenți la aceeași vârstă.

Pe de altă parte, se poate spune pe drept cuvânt că abia de la vârsta de 50 de ani omul a acumulat suficientă experiență pentru a ști ce are de făcut în viață și cum își poate îndeplini menirea. Mentalul se calmează și se structurează, iar înțelepciunea își face loc tot mai mult în viața fiecăruia. Dar ce să facă omul modern la 50 de ani? Deja mai are câțiva ani până la pensie, bolile încep să îl roadă, societatea să îl marginalizeze, și neputința începe să îl paralizeze. „Ehei, dacă aș mai avea vlaga pe care o aveam la 30 de ani, și mintea de acum", se tânguiește vârstnicul modern. Oamenii de știință, încă rupți de metodele spirituale, caută cu înfrigurare „secretul tinereții veșnice" și stoparea, sau cel puțin frânarea procesului îmbătrânirii. Noi, ca ființe inițiate, putem folosi însă rezultatele anumitor cercetări, integrându-le în mod inteligent în modul nostru yoghin de viață.

În anul 1956, medicul Denham Harman de la Universitatea din Nebraska, SUA, a prezentat pentru prima dată o teorie îndrăzneață: îmbătrânirea și anumite boli grave sunt datorate unui inamic minuscul, de dimensiunea unei molecule, agresiv și instabil, pe care l-a denumit „radical liber". Îmbătrânirea este, prin urmare, nu un proces cronologic cauzat de trecerea timpului, ci mai curând un proces biologic determinat de viteza cu care radicalii liberi își fac simțită prezența în organism, distrugând celulele, atacând țesuturile și afectând funcțiile vitale.

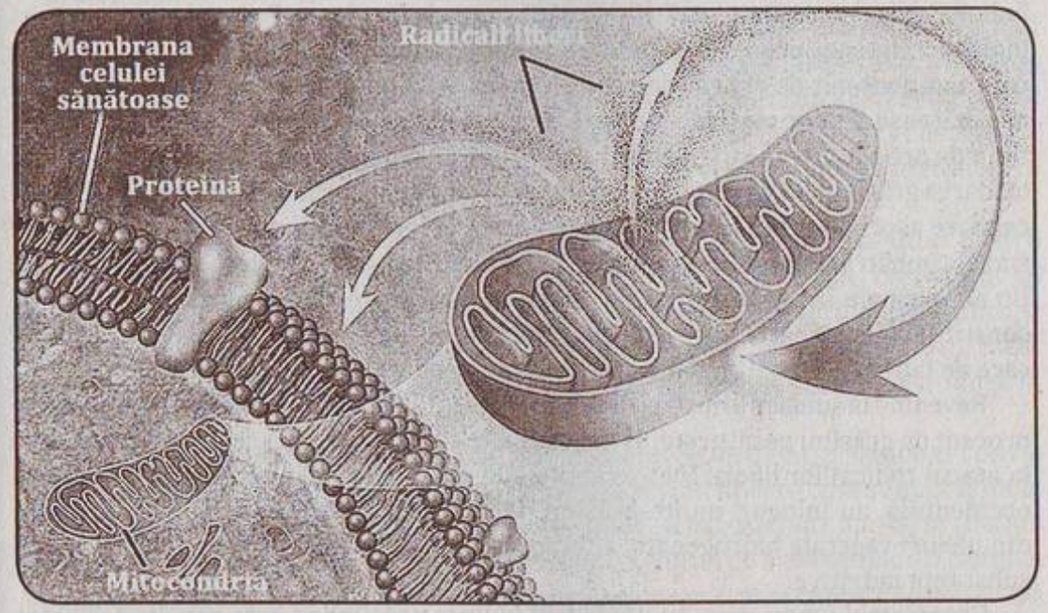
Radicalii liberi sunt molecule înalt reactive, ce au un electron impar (liber sau nepolarizat) pe orbitalul extern, condiție de dezechilibru care transformă aceste molecule fragmentate în agenți foarte instabili și periculoși din punct de vedere biochimic.

Compușii chimici complecși, cum sunt cei din structura ființei umane, dobândesc stabilitatea prin paritatea electronilor moleculelor. Atunci când o moleculă pierde un electron, ea devine dezechilibrată din punct de vedere electrochimic, instabilă biochimic și extrem de reactivă, căutând atunci să-și recapete stabilitatea prin sustragerea violentă a unui electron de la o altă moleculă organică. De fiecare dată când un radical liber atacă o moleculă normală pentru a-i sustrage un electron, molecula „victimă" își modifică, în urma acestei agresiuni, structura și proprietățile chimice, transformându-se la rândul ei în radical liber. Scăpată de sub control, reacția se perpetuează în avalanșă și ceea ce rezultă este asemănător unui scenariu dintr-un film de groază. Un om mușcat de un vampir devine el însuși vampir, însetat de noi

victime. O celulă umană mutilată în acest fel la nivel molecular își pierde funcțiile de bază, transformându-se într-o sursă de radicali liberi, gata să atace alte celule, denaturându-le și acestora funcțiile. Se generează treptat un lanț necontrolat de reacții biochimice dăunătoare pentru organism, cu repercursiuni foarte grave în timp.

Doctorul Harman de la Universitatea Nebraska descrie activitatea radicalilor liberi ca pe un fel de „iradiere internă", care atacă și distruge fără cruțare celulele și țesuturile sănătoase, provocând diverse simptome atribuite în mod ignorant „îmbătrânirii": zbârcirea pielii, pete pigmentare, cataractă, artrită, îngroșarea arterelor, bolile de inimă, glaucomul, boala Alzheimer, boala Parkinson, pierderea memoriei, apoplexie, senilitate, și mai ales cancer, ca stare degenerativă la nivel celular.

Iată că doar printr-o simplă frază, doctorul Harman reușește să răstoarne cu susul în jos imaginea omului în vârstă. Conform teoriei sale, omul vârstnic nu a fost „proiectat" să arate ca o epavă! Omul vârstnic ar trebui să arate la fel precum un om tânăr, în floarea vârstei, dar cu un adaos consistent de înțelepciune, bunătate și toleranță! Teoria este astăzi cunoscută sub numele de „teoria radicalilor liberi în procesul îmbătrânirii". Acest mare pas în cunoașterea medicală și umană a fost, bineînțeles, ignorat timp de două decenii de comunitatea medicală, până când dovezile în sprijinul acestei teorii au devenit copleșitoare, astfel încât ea nu a mai putut fi negată, devenind un fapt incontestabil. Bătrânețea și boala, două componente majore ale suferinței omului modern, alături de singurătate și lipsa credinței în Dumnezeu, pot fi gradat eliminate printr-o corectă informare și un nou mod de viață, superior.



Reprezentare a procesului prin care o celulă umană care este mutilată de acțiunea radicalilor liberi devine ea însăși sursă de radicali liberi

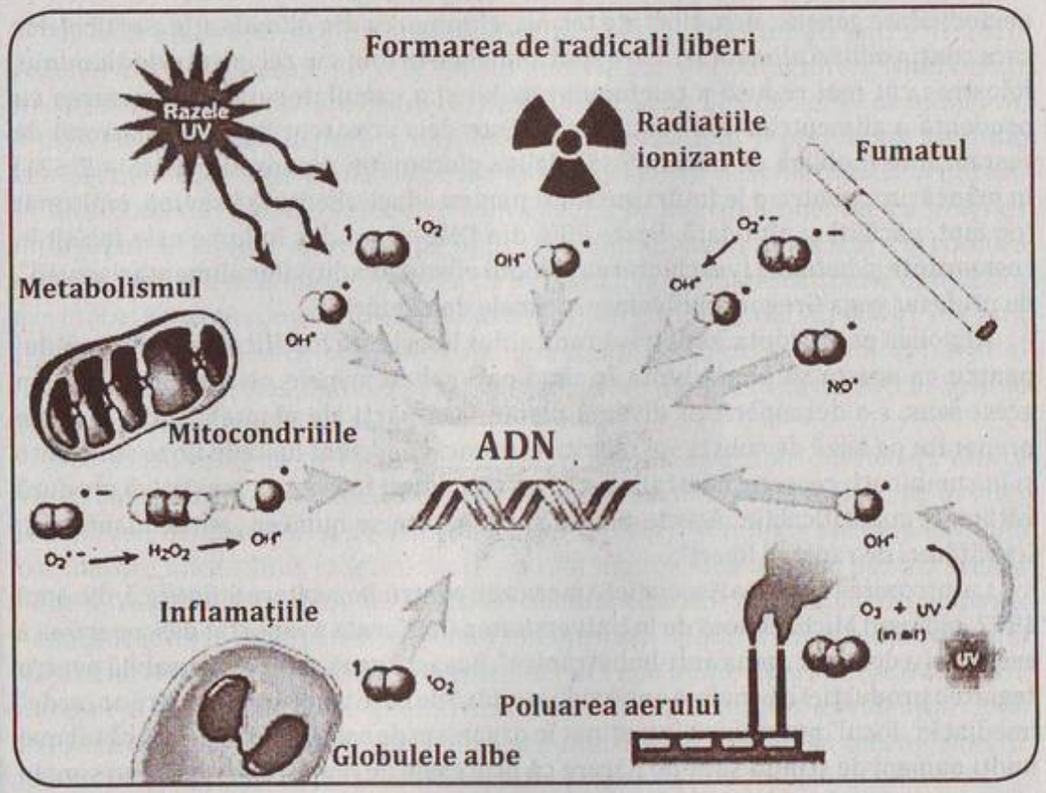
Ființele umane au fost dintotdeauna expuse radicalilor liberi, pentru că aceștia sunt și subprodusi naturali ai metabolismului nostru. Însă radicalii liberi produși de propriul organism joacă un rol important în sistemul de apărare celulară, distrugând bacteriile și virusurile, descompunând poluanții chimici și neutralizând toxinele. Efectele potențial dăunătoare ale producției normale de radicali liberi „buni" din organism sunt ținute sub control de enzimele de curățare, destinate special acestui scop.

Astăzi există însă prea multe surse noi, artificiale, de radicali liberi, pe care mecanismele naturale de apărare ale organismului nu le mai pot stăpâni. Sursele externe de radicali liberi includ radiația nucleară, razele X și microundele (de la banalele radiografii la tomograf, telefonia mobilă, mașinile de gătit cu microunde etc.), metalele toxice, ca aluminiul și cadmiul din apa potabilă, smogul, aditivii alimentari chimici, fumul de țigară, gazele de eșapament (în special compușii cu plumb) și, poate cea mai semnificativă, uleiurile vegetale hidrogenate omniprezente în preparatele alimentare uzuale precum margarina de consum. Aceste grăsimi artificiale se oxidează în clipa în care intră în contact cu aerul și continuă acest proces în interiorul organismului, producând un lanț de reacții de mutilare la nivel molecular, care distruge celulele și funcțiile vitale cu o viteză superioară capacității de apărare a organismului. Toate sursele enumerate mai sus produc radicali liberi atunci când sunt oxidate (combinate cu oxigenul) și descompuse.

Toate uleiurile vegetale hidrogenate sunt adevărate bombe cu radicali liberi care explodează în momentul în care le consumați. Acestea includ margarina, sosurile îmbuteliate pentru salate, uleiurile de gătit, cremele fără lapte. Deoarece temperatura înaltă accelerează procesul de oxidare, toate alimentele îndelung ținute pe foc au un conținut deosebit de ridicat de radicali liberi. Aici putem include și funcția foarte nesănătoasă a unor mașini automate de gătit, care pot „menține caldă" mâncarea timp de ore sau zile în șir. În opinia doctorului Harman și a altor oameni de știință, oxidarea grăsimilor nesaturate în organismul uman este principala cauză a patologiei celulare asociate procesului de „îmbătrânire". Și iată cum, din nou, printr-o simplă frază, „îmbătrânirea" iese din sfera „normalului" și intră în sfera „patologicului". Un alt exemplu în această direcție - dacă ne este permisă o ușoară digresiune - îl constituie menstruația, care este considerată „normală" de către cei ignoranți, dar care de fapt este o boală a femeii, ce poate și trebuie să fie vindecată.

Revenind la subiectul nostru, dintre toate țesuturile, creierul conține cel mai mare procent de grăsimi nesaturate, astfel că celulele cerebrale sunt cele mai vulnerabile la atacul radicalilor liberi. Dietele artificiale din zilelor noastre, mai ales în lumea occidentală, au înlocuit multe grăsimi naturale cu grăsimi nesaturate, produse din uleiuri vegetale hidrogenate, alterate din punct de vedere chimic și private de substanțe nutritive.

Organismul uman, care nu poate trăi în lipsa grăsimilor, este nevoit să accepte moleculele de grăsime nesaturată ca substituent pentru acizii grași naturali necesari, aceste molecule de grăsime artificială fiind astfel încorporate în matricele celulare,



în mod particular în celulele creierului și în globulele albe, care manifestă cea mai mare aviditate pentru grăsimi. Odată intrate în structura celulară, aceste molecule de grăsime denaturată se oxidează și eliberează, val după val, radicali liberi corozivi care atacă celulele sănătoase, producând în cele din urmă deficiențe genetice, fie prin uciderea celulei atacate, fie inducându-i acesteia un comportament aberant prin modificarea structurii ADN.

Mulți oameni de știință consideră actualmente că acesta este unul dintre mecanismele primare ce produc cancerul. Doctorul Ross Pelton, cercetător în domeniul preîntâmpinării îmbătrânirii creierului, afirma: „Reacțiile grăsimilor și ale uleiurilor hidrogenate sunt atât de periculoase și dăunătoare sănătății, încât nu poate fi făcut niciun compromis. Grăsimile hidrogenate nu trebuie introduse în alimentația niciunui om sau animal!"

Pentru a ne apăra împotriva acestui atac deosebit de virulent, primul pas constă în eliminarea pe cât posibil a tuturor surselor de radicali liberi – cum sunt grăsimile nesaturate (inclusiv dulciurile care sunt preparate cu margarină), apa de la robinet (Atenție! Chiar și apa îmbuteliată a ajuns să conțină aditivi pe bază de fluor și cadmiu, pe măsură ce marile companii multinaționale acaparează tot mai multe surse de apă minerală naturală în toate țările), aparatele cu microunde, fumatul activ sau pasiv –, îmbogățirea dietei cu cât mai multe legume, fructe, cereale, cât mai proaspete,

nemodificate genetic, neprelucrate termic, eliminarea din alimentație a articolelor care conțin aditivi alimentari, care sunt ambalate în folii sau recipiente de aluminiu, folosirea cât mai redusă a telefonului mobil și a calculatorului, consumarea cu prudență a alimentelor din restaurante. Este deja cunoscut faptul că patronii de restaurante îi obligă pe bucătari să adauge glutamatul monosodic (GMS – E 621) în mâncăruri, pentru a le întări gustul și pentru a face clientul să revină, mulțumit (de fapt, păcălit) și altă dată. Peste 20% din GMS-ul produs în lume este folosit în restaurante și hoteluri (vezi lucrarea „Ghidul efectelor aditivilor alimentari uzuali", de profesor yoga Gregorian Bivolaru, primele două ediții).

Al doilea pas în lupta împotriva radicalilor liberi este fortificarea organismului pentru ca acesta să poată lupta în mod natural cu armele pe care le deține. În acest sens, s-a descoperit că diverse plante (sau părți ale plantelor), cât și unele preparate pe bază de substanțe nutritive, atunci când sunt luate în doze suficiente și în combinații corecte, neutralizează radicalii liberi înainte ca aceștia să producă vătămări cuantificabile. Aceste plante și preparate se numesc „antioxidanți" sau „curățători de radicali liberi".

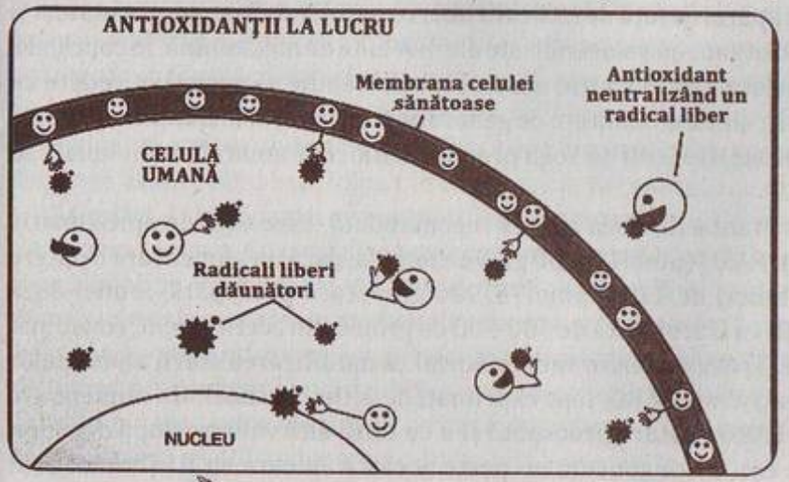
La întrunirea anuală a Asociației Americane pentru Dezvoltare Științifică, din anul 1992, biologul Michael Ross de la Universitatea California a raportat descoperirea a ceea ce el a denumit „gena anti-îmbătrânire". Această genă este responsabilă pentru reglarea producției de enzime antioxidante, fără de care țesuturile noastre ar „arde" imediat în „focul" permanent întreținut în organism de radicalii liberi. Iată că tot mai mulți oameni de știință sunt de părere că procesele de îmbătrânire sunt un simplu efect secundar al scăderii producției de enzime antioxidante.

Glutation peroxidaza si superoxid dismutaza sunt principalii distrugători de radicali liberi, iar pentru a putea să le producă pe cont propriu, organismul are nevoie de aporturi importante de minerale și oligo-elemente ca seleniu și zinc. Fără zinc și seleniu în cantități suficiente, sinteza acestor două enzime vitale devine imposibilă. Seleniul a dispărut aproape complet din alimentația omului actual, și aceasta din cauza proceselor nebiologice de cultivare și de prelucrare a alimentelor. În plus, cea mai mare parte a populației înregistrează un deficit cronic de zinc. Adaosurile zilnice de zinc și seleniu din surse naturale sunt de aceea esențiale pentru a asigura cantitățile adecvate de enzime antioxidante. Alături de producția internă de antioxidanți a organismului, există și agenți externi care manifestă activitate antioxidantă atunci când ajung în sistemul digestiv uman. Printre aceste surse externe de antioxidanți se numără vitaminele A, C, E (împreună cu izomerii vitaminei E, ca tocofenolii și tocotrienolii), B1, B5, B6, beta-carotenul (precursorul vitaminei A), aminoacizii (taurina, cisteina, metionina și glutationul), seleniul, zincul. Pentru o optimizare a rolurilor lor, la nivel celular, sistemele antioxidante se găsesc în imediata apropiere a surselor de radicali liberi (membrane, mitocondrii, microzomi). Ele constituie apărarea nespecifică a cărei prezanță asigură rezistența organismelor la anumite agresiuni, fiind prima țintă a radicalilor liberi. Antioxidanții se găsesc astfel (sau ar trebui să se găsească) în orice celulă, compartiment celular sau lichid biologic.

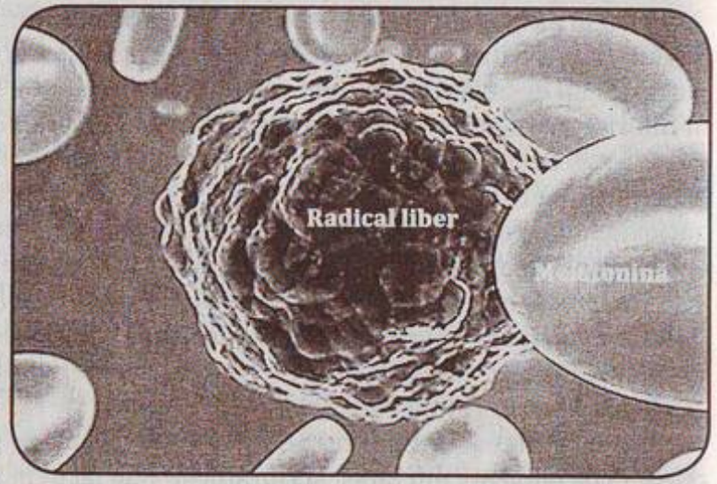
Utilizarea preparatelor naturale în procesul anti-îmbătrânire și anti-degenerare se bazează pe efectul de neutralizare a radicalilor liberi prin mecanismul de antioxidare celulară. Deja s-au studiat 295 de astfel de alimente, în diferite stări, atât în stare proaspătă, neprelucrate, cât și prelucrate mecanic sau termic. Ordonarea alimentelor s-a făcut în ordinea descrescătoare a puterii lor antioxidante. Astfel, pe locul 1 vom găsi ingredientul alimentar cu puterea antioxidantă cea mai mare, iar pe locul 295 ingredientul alimentar cu puterea antioxidantă cea mai mică. Unitatea de măsură a puterii antioxidante folosită în acest tabel este micromolul Trolox Echivalent/100 grame (μmolTE/100 g). Această unitate de măsură exprimă puterea antioxidantă a troloxului (un echivalent al vitaminei E), care este luat drept referință, putere manifestată de 100 de grame din fiecare produs alimentar.

Deci măsurătoarea s-a făcut pe o cantitate de 100 de grame din fiecare dintre cele 295 de alimente din tabel. Măsurătorile s-au făcut în mediu chimic, nu in vivo, deci în vase, în laborator, și nu în interiorul unor țesuturi animale sau umane vii. Au fost folosite măsurători independente ale mai multor laboratoare, pentru același aliment. Valoarea din tabel este media aritmetică a acestor rezultate independente. S-a măsurat doar puterea antioxidantă manifestată împotriva radicalilor liberi ai oxigenului (PARO). Aici trebuie precizat că există mai multe tipuri de radicali liberi, și anume ai oxigenului, ai azotului, ai fierului etc. Însă din studii s-a evidențiat că cei mai periculoși sunt radicalii liberi ai oxigenului și tocmai de aceea tabelul sintetic din finalul articolului se focalizează exclusiv asupra lor.

Etapele măsurătorilor au fost următoarele. Inițial s-a creat un mediu oxidant (plin de radicali liberi). La crearea acestui mediu s-au folosit anumite substanțe speciale, care pe lângă conținutul în radicali liberi, prezentau proprietatea de a fi fluorescente la expunerea sub un fascicol luminos de o anumită lungime de undă. Apoi, în acest mediu oxidant s-au adăugat 100 de grame din alimentul respectiv, aflat în starea de agregare descrisă în tabel (proaspăt, uscat, măcinat, congelat, fiert, copt etc.). S-a măsurat apoi variația fluorescenței amestecului sub flux luminos. Cu alte cuvinte, mediul oxidant avea inițial fluorescența maximă. Pe măsură însă ce antioxidanții din alimentul respectiv anihilau radicalii liberi,



fluorescența mediului scădea mai mult sau mai puțin, în funcție de puterea antioxidantă a alimentului folosit. S-a înregistrat scăderea fluorescenței într-un interval de timp dat, identic la toate alimentele măsurate. S-a generat proba martor, adăugând 100 de grame trolox (substanța echivalentă vitaminei E), și s-a măsurat scăderea fluorescenței. În final, datele de la fiecare aliment în parte au fost comparate cu datele probei martor, obținându-se valoarea puterii antioxidante a alimetului respectiv. Măsurătorile s-au făcut atât în mediu hidrofilic (prin dizolvare în apă) (H-PARO), cât și în mediu lipofilic (prin dizolvare în ulei) (L-PARO). Valorile obținute au fost însumate, rezultând Total-PARO. Aceasta este valoarea din tabel, după ce s-a făcut media valorilor Total-PARO obținute de diferite laboratoare pentru același aliment. În orice caz, valorile obținute de diferite laboratoare nu diferă, în general, foarte mult.



Neutralizarea radicalilor liberi cu ajutorul melatoninei

Este esențial de amintit și despre melatonină. După cum știm, este supranumită „hormonul fericirii" și este produsă în creierul uman, în timpul somnului și în timpul stărilor intense de fericire. Cercetătorii care au alcătuit listele cu antioxidanți naturali s-au focalizat exclusiv asupra alimentelor, omițând să testeze și anumiți hormoni, cum este melatonina. Alți cercetători au evidențiat însă valoarea imensă pe care melatonina o are în apărarea față de radicalii liberi, susținând că oamenii sănătoși și longevivi prezintă în organism valori ridicate ale nivelului de melatonină. În concluzie, deși nu veți găsi melatonină în cadrul acestui tabel, trebuie să o aveți în vedere ca antioxidant puternic, iar ca modalitate de generare și consum al melatoninei vă este cunoscute în cadrul acestei Școli de Yoga practica tehnicilor amaroli, individual sau în cuplu.

Un detaliu important este doza zilnică recomandată, care este de aproximativ 5.000 – 7.000 unități PARO (μmolTE/100 g). De exemplu, dacă un aliment are o putere antioxidantă (din tabel) de 1.000 μmolTE/100 g în stare proaspătă, atunci doza zilnică recomandată va fi acoperită de 500-700 de grame din acel aliment, consumat în formă proaspătă. Trebuie avut în vedere faptul că modificarea stării alimentelor duce la modificarea valorii PARO, fapt exprimat, de altfel, în tabel. Un aliment are o anumită valoare PARO în stare proaspătă și o cu totul altă valoare după decojire, stoarcere, fierbere etc. Orice consumăm peste această valoare va fi eliminat prin

intermediul rinichilor, deci este esențial să dozăm consumul, pentru a nu ne risipi veniturile financiare în mod inutil.

Este de asemenea foarte important să avem în vedere că este de preferat să consumăm zilnic antioxidanți din surse diferite, decât să ne obținem doza zilnică recomandată doar dintr-un singur aliment. În această direcție, este important să privim lista din mai multe perspective. O perspectivă este prețul produselor. Ar fi interesant de făcut o nouă listă, în care alimentele să fie aranjate în ordinea raportului preț/putere. Este posibil să descoperim atunci că este mult mai profitabil să folosim zilnic oregano uscat, timian sau turmeric, care sunt mai ieftine decât fructele de goji. O altă perspectivă ar fi organizarea listei în funcție de gradul de consumabilitate al produselor. De exemplu, cuișoarele au o valoare ridicată a puterii antioxidante, dar cu greu vom putea consuma 100 de grame de cuișoare, sau 100 de grame de baton de vanilie. Dar, cu mult mai multă ușurință am putea consuma sumac, pt că nu are un gust atât de puternic. Desigur că acestea sunt doar niște exemple, dar fiecare își poate rearanja acest tabel în funcție de venituri, preferințe, anotimpuri, zona în care trăiește. Concluzia care trebuie însă reținută este aceea că oriunde am trăi și orice venituri am avea, doza zilnică recomandată de antioxidanți naturali poate fi asigurată cu destul de mare ușurință pentru cei inteligenți și corect informați.

Tărâțele oricărui tip de cereale conțin mai mulți antioxidanți decât miezul decorticat. De aceea este recomandată consumarea făinii integrale. Este esențial să nu se confunde radicalii liberi de tipul peroxidului de oxigen cu moleculele vindecătoare care apar în terapiile cu oxigen, care au făcut subiectul unei broșuri apărute cu câțiva ani în urmă în cadrul Școlii noastre de Yoga. Terapiile cu oxigen, în cadrul cărora se administrează picături de apă oxigenată sau perhidrol, nu produc radicali liberi toxici ai oxigenului! Oxiterapiile își păstrează valoarea și utilitatea și în lumina acestor noi descoperiri.

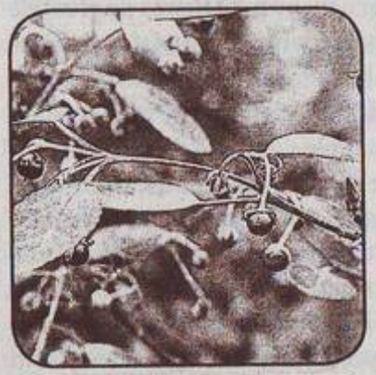
Se recomandă o atenție mărită asupra riscului pe care îl poate prezenta consumul excesiv al anumitor alimente. Acest tabel trebuie folosit cu inteligență. De exemplu, puterea antioxidantă a vinului nu ne protejează de efectele nocive ale consumului excesiv al acestuia. Puterea antioxidantă a ceaiului negru nu ne protejează de efectele nocive ale consumării excesive a acestuia. Puterea antioxidantă a ciocolatei cu lapte nu ne protejează de efectele nocive ale zahărului alb pe care îl conține. Puterea antioxidantă a piperului nu ne protejează de hiperaciditatea gastrică pe care o poate declanșa atunci când este folosit în exces sau la persoanele cu unele dezechilibre.

Atenție! Antioxidanții nu sunt totul! O alimentație echilibrată trebuie să conțină tot ce avem nevoie. Cu o mână de cuișoare ne vom asigura mai mult decât 100% din doza zilnică de antioxidanți, dar nu și doza zilnică de vitamine, minerale, proteine etc. Esențial este să integrăm în mod înțelept aceste noi informații în stilul nostru de viață. Adăugând aceste informații cu privire la antioxidanții naturali la toate informațiile și cunoașterea primită în cadrul cursurilor acestei Școli de Yoga, urmărim să venim în întâmpinarea celor care, plini de entuziasm, vor să își mențină nealterată starea de sănătate și să dobândească o admirabilă longevitate.

Alimente și plante medicinale uzuale prezentate în ordinea descrescătoare a puterii lor de anihilare a radicalilor liberi ai oxigenului (PARO)

Sumac

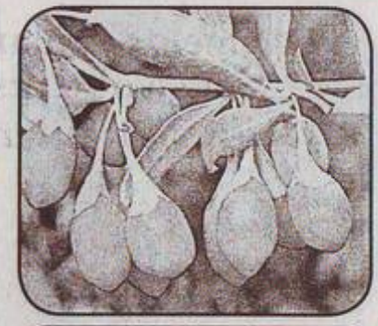
Piper sichuan



Macqui(fructe)

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
1	cuișoare, muguri de flori sub formă de pulbere	314.446
2	sumac, pulbere (sumac este denumirea generică dată condimentului cu gust acrișor-sărat, care se obține din oricare dintre cele aproximativ 250 specii ale plantelor din genul *Rhus* și genurile înrudite, din familia *Anacardiaceae*, plante care cresc în zonele subtropicale și temperate ale lumii, în special în Africa și America)	312.400
3	scorțișoară măcinată	267.536
4	sorg, tărâțe	240.000
5	oregano, frunze uscate	200.129
6	rozmarin, frunze uscate	165.280
7	turmeric, rădăcină uscată, măcinată pulbere	159.277
8	cimbru de cultură, uscat	157.380
9	vanilie, baton uscat	122.400
10	piper sichuan *(Xanthoxylum peperitum)*, boabe uscate (boabele plantei au gust acrișor, asemănător cu cel de lămâie)	118.400
11	acai (*Euterpe oleracea*), fructe fără sâmburi	102.700
12	sorg negru, tărâțe	100.800
13	sumac, făină integrală (făina integrală de sumac are un gust ușor acrișor și se folosește de secole ca înlocuitor al lămâii, în salate, băuturi, în piureul de năut sau ca remediu în tradițiile vindecătoare ale Greciei Antice și ale popoarelor arabe)	86.800
14	cacao, pudră uscată neîndulcită	80.933
15	chimen, semințe	76.800
16	fructe de macqui (*Aristotelia chilensis*), pulbere uscată	75.000
17	pătrunjel, frunze uscate	74.349
18	sorg roșu, tărâțe	71.000
19	nucșoară măcinată	69.640
20	busuioc, frunze uscate	67.553
21	ciocolată de menaj neîndulcită, cu un conținut de cacao de peste 85%	49.926

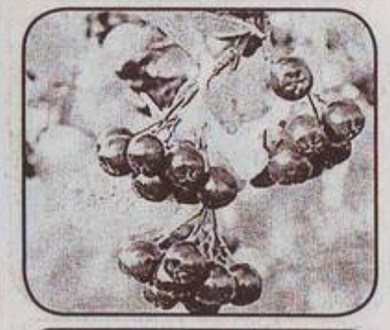
Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
22	amestecul condimentar de tip curry garam masala, un condiment indian ce conține pulbere de turmeric, semințe măcinate pulbere de chimen, pulbere de piper negru, semințe măcinate de coriandru, rădăcină uscată de ghimbir, pulbere de scorțișoară, pulbere de muguri de flori uscate de cuișoare, pulbere de frunze uscate de dafin	48.504
23	o varietate de sorg bogată în tanin	45.400
24	ciocolată neagră	40.200
25	suc din fructe de macqui (*Aristotelia chilensis*)	40.000
26	salvie, frunze proaspete	32.004
27	muștar alb, semințe pulbere	29.257
28	ghimbir, pulbere de rădăcină uscată	28.811
29	piper negru, boabe întregi	27.618
30	cimbru de cultură, proaspăt	27.426
31	măghiran, frunze proaspete	27.297
32	fructe de goji deshidratate	25.300
33	orez, tărâțe	24.287
34	ardei iute, pulbere	23.636
35	sorg negru, boabe	21.900
36	ciocolată amară, cu minim 75% cacao	20.823
37	lignani (lignanii, rășini în care predomină substanțe înrudite cu elementele structurale ale ligninelor constituie, împreună cu uleiurile eterice, mijloace naturale de apărare ale plantelor față de paraziți; mirosul lor plăcut poate atrage unele insecte, favorizându-se polenizarea, iar rășinile care se depun pe diferite leziuni ale organismului vegetal au rol protector, de izolare și de vindecare, în timp ce în corpul mamiferelor sunt prelucrate de către „bacteriile bune" și devin puternici antioxidanți și întăritori ai sistemului imunitar)	19.600
38	piper roșu cayenne, pulbere	19.671
39	ciocolată amăruie, cu minim 45% cacao	18.053
40	nuci pecan	17.940
41	ardei gras proaspăt	17.919
42	aronia (*Aronia melanocarpa*), fructe proaspete (micile fructe au un gust astringent pregnant)	16.062
43	tarhon, frunze proaspete	15.542
44	ghimbir, rădăcină proaspătă	14.840
45	fructe de soc proaspete	14.697
46	sorg roșu, boabe	14.000



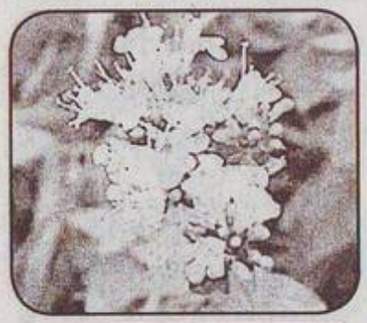
Goji(fructe)

Piper roșu cayenne

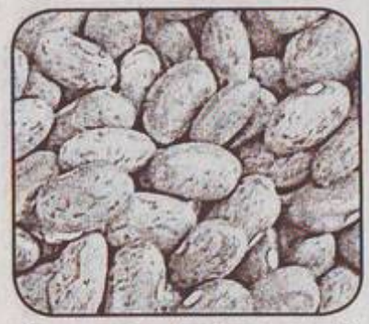
Nuci pecan



Aronia

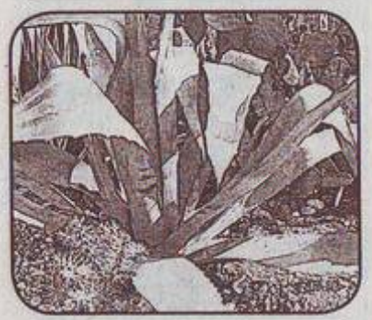


Sovârf



Fasole pinto

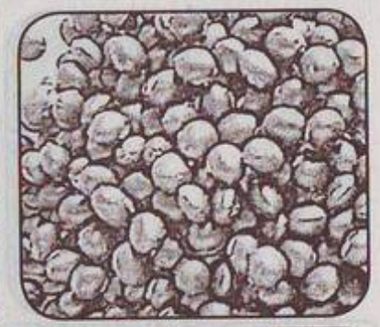
Prune albastru-închis



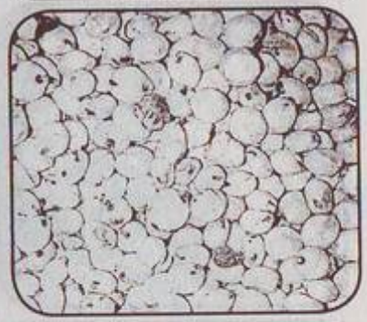
Agava americană

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
47	mentă (*Mentha pipperita*), frunze proaspete	13.978
48	sovârf, planta proaspătă	13.970
49	miez de nucă	13.541
50	stafide albe fără sâmburi	10.450
51	alune de pădure	9.645
52	afine, fructe proaspete	9.584
53	pere deshidratate, cu conținut de 40% apă	9.496
54	cimbru de grădină proaspăt	9.465
55	anghinare gătită	9.416
56	anghinare proaspătă	9.402
57	fasole cu bob roșu, semințe mature proaspete	8.459
58	fasole cu bob roz, semințe mature proaspete	8.320
59	fasole cu bob negru, semințe mature proaspete	8.040
60	fistic, semințe proaspete	7.983
61	coacăze negre, fructe proaspete	7.960
62	fasole pinto, semințe mature proaspete (originară din Mexic, fasolea pinto poartă această denumire din cauza petelor sale caracteristice și, deși este înrudită cu boabele de fasole obișnuită, fasolea pinto are un gust mai puternic)	7.779
63	prune albastru-închis, din soiul diamant negru, proaspete, cu coajă	7.581
64	ciocolată cu lapte, minim 25% cacao, cu adaos semnificativ de zahăr	7.528
65	linte, boabe proaspete	7.282
66	agavă (*Agave americana*) uscată (agava este o plantă din familia *Amarilidaceae* originară din Mexic, are frunze mari, până la 2 m, late și groase, cu spini pe margini; înflorește o singură dată, la 15-20 de ani)	7.274
67	mere deshidratate, cu conținut de până la 40% apă	6.681
68	usturoi, pulbere din bulbi uscați	6.670
69	anghinare sferică în stare proaspătă	6.552
70	prune, fructe uscate	6.552
71	afin de cultură (*Vaccinium corymbosum*), fructe proaspete	6.552

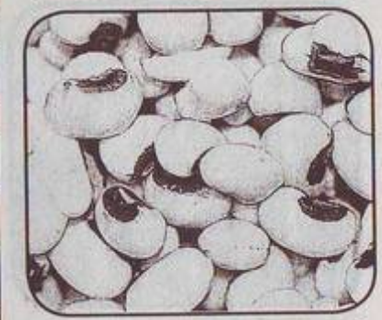
Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
72	fasole neagră sud-americană, semințe mature în stare proaspătă (este un soi de fasole cu bob mic, negru, foarte cunoscut în America de Sud, care are un gust foarte intens și o aromă specifică de ciuperci)	6.416
73	sorg alb, tărâțe	6.400
74	sirop de ciocolată (sirop ce conține pudră de cacao, sirop de porumb, zahăr și diferite arome, de obicei vanilie)	6.330
75	prune, fructe proaspete	6.259
76	roinița (*Melissa officinalis*), frunze proaspete	5.997
77	boabe de soia, semințe mature proaspete	5.764
78	ceapă, pulbere uscată din bulbi	5.735
79	mure, fructe proaspete	5.347
80	usturoi, bulbi proaspeți	5.346
81	coriandru, frunze proaspete	5.141
82	suc proaspăt din struguri negri	5.034
83	zmeură, fructe proaspete	4.882
84	busuioc, frunze proaspete	4.805
85	rodii, fructe proaspete	4.479
86	migdale, fructe proaspete	4.454
87	mărar, frunze proaspete	4.392
88	fasole ochi-negri (*Vigna unquiculata*), semințe mature	4.343
89	mere, soiul roșu delicios, proaspete, cu coajă	4.275
90	piersici deshidratate, cu conținut de până la 40% apă	4.222
91	stafide albe deshidratate, cu conținut de până la 40% apă	4.188
92	mere, soiul Granny Smith, proaspete, cu coajă	3.898
93	curmale, fructe proaspete	3.895
94	must proaspăt din struguri albi de masă	3.873
95	fructe proaspete de ma-kiang (*Cleistocalyx nervosum var. paniala*), fructe de mărimea boabelor de strugure, roșii la culoare, cu gust acrișor	3.695
96	căpșuni, fructe proaspete	3.577
97	unt de arahide cu adaos de sare	3.432
98	coacăze roșii, fructe proaspete	3.387
99	smochine, fructe proaspete	3.383
100	cireșe, fructe proaspete	3.365
101	goji, fructe proaspete	3.290
102	agrișe, fructe proaspete	3.277



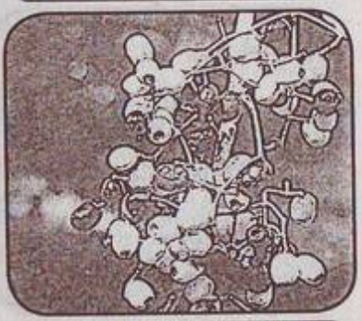
Fasole neagră



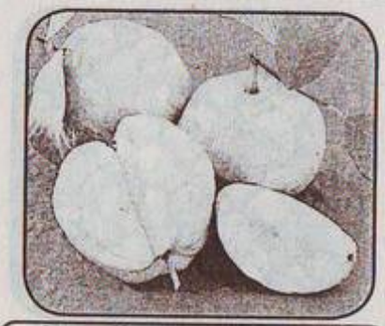
Sorg alb



Fasole ochi-negri



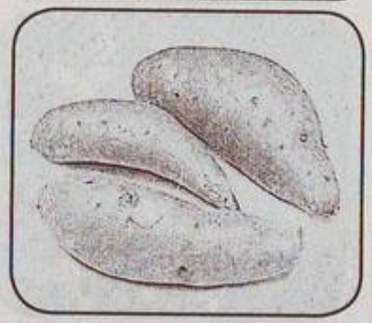
Ma-kiang (fructe)



Guava(fructe cu pulpă albă)

Mangostan

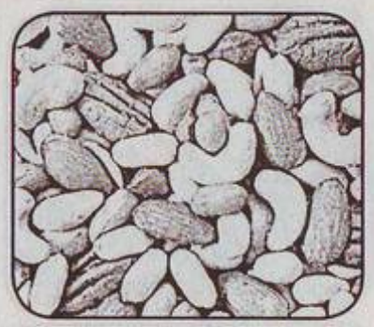
Sparanghel



Cartofi dulci

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
103	caise, fructe deshidratate, cu conținut de până la 40% apă	3.234
104	alune de pământ, proaspete	3.166
105	varză roșie fiartă și scursă, fără sare	3.145
106	broccoli proaspăt	3.083
107	mere proaspete, cu coajă	3.082
108	stafide fără sâmburi	3.037
109	pere proaspete	2.941
110	agave gătite	2.938
111	mere, soiul roșu delicios, proaspete, fără coajă	2.936
112	suc de afine de cultură	2.906
113	mere, soiul Gala, proaspete, cu coajă	2.828
114	cardamom, semințe întregi	2.764
115	mere, soiul Fuji, proaspete, cu coajă	2.670
116	mere, soiul Golden, proaspete, cu coajă	2.622
117	mere proaspete, fără coajă	2.573
118	guava cu pulpă de culoare albă	2.550
119	mangostan (*Garcinia mangostana*), fructe proaspete	2.510
120	curmale gigant, varietatea Medjool, fructe proaspete	2.387
121	broccoli fiert și scurs, fără sare	2.386
122	salată verde, frunze roșii, proaspătă	2.380
123	suc proaspăt de struguri din soiul Concorde	2.377
124	suc proaspăt de cireșe negre	2.370
125	fulgi de porumb	2.359
126	suc proaspăt din rodii	2.341
127	fulgi uscați de ovăz	2.308
128	musli granule, cu conținut redus de grăsimi	2.294
129	varză roșie proaspătă	2.252
130	mere, soiul Golden delicios, proaspăt, fără coajă	2.210
131	sorg alb, boabe	2.200
132	semințe încolțite de ridiche, proaspete	2.184
133	musli din tărâțe de ovăz	2.183
134	fulgi din ovăz prăjit	2.175
135	fulgi din ovăz neprăjit	2.169
136	sparanghel proaspăt	2.150
137	fulgi din ovăz prăjit, preparat	2.143
138	cartofi dulci, copți în coajă, fără sare	2.115

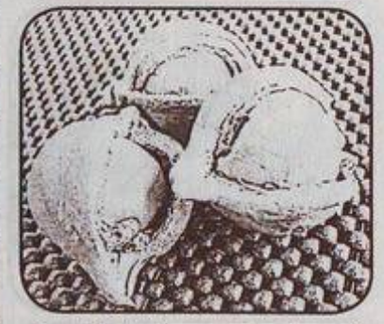
Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
139	pâine din făină integrală de grâu	2.104
140	arpagic proaspăt	2.094
141	varză albă creață, soiul Savoy, fiartă, scursă, fără sare	2.050
142	suc de prune pasteurizat	2.036
143	guave cu pulpa de culoare roșie, proaspete	1.990
144	piure de mere conservat, neîndulcit, fără adaos de conservanți	1.965
145	pâine neagră din secară Pumpernickel (este un tip de pâine germană, atestată din anul 1450, cunoscută prin culoarea sa neagră, lipsa cojii și a puternicului gust de secară, preparată printr-o metodă tradițională ce combină făina integrală și cea albă de secară cu o maia de pornire sau uneori cu drojdie, iar apoi pâinea trece printr-un proces de coacere lentă, care durează până la 24 ore, în urma căruia rezultă culoarea neagră specifică)	1.963
146	alune caju, proaspete	1.948
147	frunze de sfeclă, proaspete	1.946
148	avocado (*Persea americana*), fruct proaspăt	1.933
149	pere verzi cu coajă, proaspete	1.911
150	rucola, frunze proaspete	1.904
151	portocale proaspete din soiul Lanelate Navel (datorită dimensiunilor mari și calității deosebite, portocalele din acest soi sunt printre cele mai apreciate tipuri de portocale, deoarece sunt mai deschise la culoare și au o textură mai fină decât alte soiuri, au un conținut scăzut de limonină, iar sucul are o aromă puternică)	1.819
152	piersici, fructe proaspete	1.814
153	suc de struguri roșii	1.788
154	varză neagră gătită	1.773
155	sfeclă proaspătă	1.767
156	struguri negri proaspeți	1.747
157	pere din soiul Anjou, proaspete	1.746
158	floricele de porumb fabricate prin jet de aer fierbinte	1.743
159	ridichi proaspete	1.736
160	fulgi de ovăz nepreparați	1.708
161	fulgi de porumb	1.704
162	nuci de Macadamia uscate, prăjite, fără ados de sare	1.695
163	spanac, frunze proaspete	1.687



Nuci caju

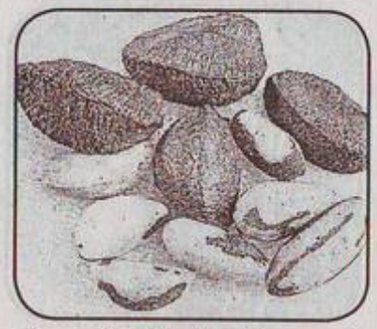
Portocale soiul Navel

Rucola

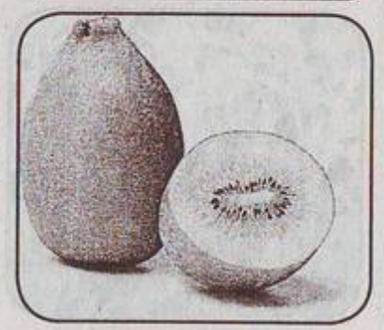


Nuci de macadamia

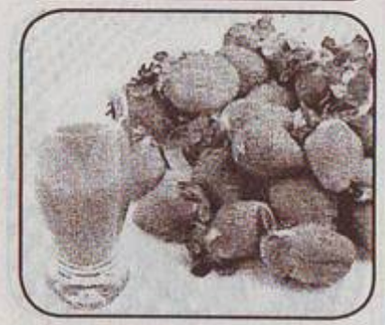
Semințe de alfalfa încolțite



Nuci de Brazilia



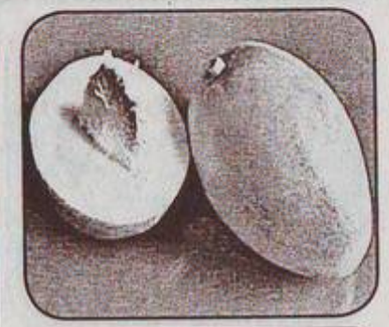
Kiwi auriu



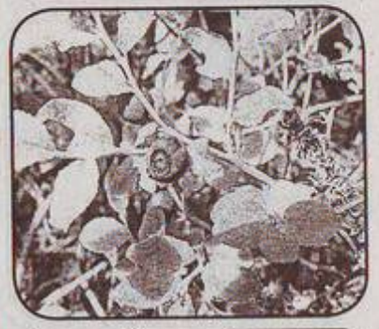
Suc de căpșuni

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
164	cartofi, soiuri de culoare roșiatică, cu pulpă și coajă, copți	1.680
165	sparanghel fiert și scurs de apă	1.644
166	mandarine, fructe proaspete	1.620
167	broccoli din soiul Raab	1.552
168	grepfrut roz sau roșu, fructe proaspete	1.548
169	ceapă roșie, proaspătă	1.521
170	fasole albă cu bob mic	1.520
171	fulgi de ovăz, uscat	1.517
172	spanac proaspăt	1.515
173	semințe de alfalfa încolțite, proaspete	1.510
174	suc combinat de afine, mere și struguri	1.480
175	salată verde proaspătă	1.447
176	salată verde cu frunze moi, proaspătă	1.423
177	pâine integrală din mai multe cereale	1.421
178	nuci de Brazilia uscate, nedecojite	1.419
179	broccoli proaspăt	1.362
180	lămâi proaspete, fără coajă	1.346
181	cartofi roșii, cu pulpă și coajă, copți	1.326
182	chec cu ovăz și nuci	1.318
183	fulgi de grâu, fără sare și fără zahăr	1.303
184	pătrunjel proaspăt	1.301
185	ciocolată cu lapte, lichidă, degresată	1.263
186	struguri roșii proaspeți	1.260
187	ceai verde, macerat în apă rece	1.253
188	suc proaspăt de grepfrut alb	1.238
189	suc proaspăt de lămâie	1.225
190	sos de ceapă albă	1.220
191	kiwi auriu, fruct proaspăt	1.210
192	ulei de măsline extra virgin	1.150
193	cartofi albi copți în coajă	1.138
194	ceai verde, infuzie caldă	1.128
195	struguri de masă albi și verzi, proaspeți	1.118
196	caise proaspete	1.115
197	cartofi roșii cruzi, cu tot cu coajă	1.098
198	cartofi roșii cruzi, fără coajă	1.058
199	ceapă proaspătă	1.034
200	struguri de masă, fruct proaspăt	1.005
201	suc de căpșuni	1.002

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
202	mango, fructe proaspete	1.002
203	sos din roșii proaspete	1.001
204	ardei grași de culoare portocalie, proaspeți	984
205	ardei grași de culoare galbenă, proaspeți	965
206	salată verde soiul Romaine, proaspătă	963
207	boabe de soia mature, germinate, proaspete	962
208	vinete gătite simplu	933
209	ardei grași de culoare verde, proaspeți	923
210	fasole pinto, semințe mature, fierte, fără sare	904
211	cartofi dulci cruzi, nepreparați	902
212	ananas proaspăt, soiul Extra Sweet	884
213	kiwi, fruct proaspăt	882
214	banane proaspete	879
215	suc de fructe de afin american (*Vaccinium macrocarpon*)	865
216	ceapă albă crudă, proaspătă	863
217	varză fiartă și scursă, fără sare	856
218	năut (*Cicer arietinum*), preparate din semințe mature proaspete	847
219	sos sote din ardei grași de culoare roșie	847
220	struguri albi fără sâmburi	830
221	conopidă crudă, proaspătă	829
222	suc de lămâi lime, proaspăt	823
223	noni, fructe proaspete	800
224	suc proaspăt de struguri albi	793
225	gogoșari proaspeți	791
226	ulei de măsline extra virgin, cu pătrunjel, preparat în casă	766
227	cartofi dulci fierți, fără coajă	766
228	fasole verde proaspătă	759
229	ciuperci Shitake, uscate	752
230	nectarine, fructe proaspete	750
231	mazăre galbenă proaspătă	741
232	porumb dulce galben, proaspăt	728
233	suc proaspăt de portocale	726
234	suc proaspăt de pere, toate soiurile	704
235	ardei grași de culoare galbenă, copți pe grătar	694
236	sos de roșii conservat prin pasteurizare	694
237	ciuperci albe, proaspete	691

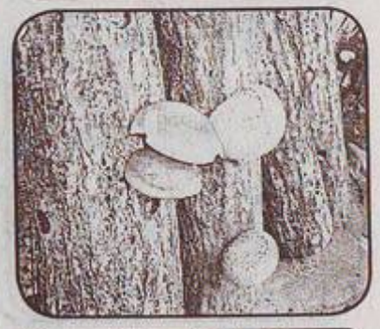


Mango (fructe)



Afin american

Noni (fructe)

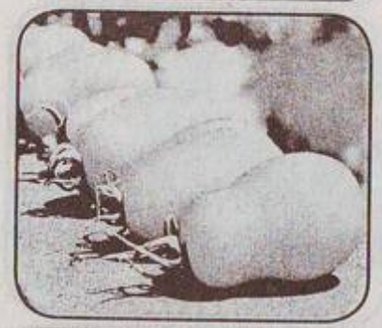


Ciuperci shitake

Porumb albastru

Ciuperci Maitake

Semințe de pin



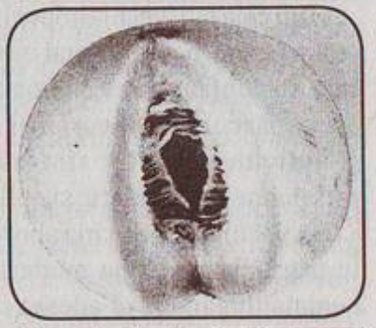
Roșii de formă lungă

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
238	piure de porumb albastru cu adaos de cenușă de cedru sau de ace de pin (este o mâncare tradițională a amerindienilor Navajo; adaosul de cenușă sporește cantitatea de vitamina C și de minerale și dă un gust deosebit mâncării, fiind folosită cu succes ca înlocuitor al sării)	684
239	ulei extra virgin de măsline, cu adaos de busuioc, preparat în casă	684
240	morcovi proaspeți	670
241	ciuperci Maitake (*Grifola frondosa*), proaspete	669
242	ciupeci Pleurotus *(Pleurotus ostreatus)*, proaspete	664
243	conopidă fiartă și scursă, fără sare	620
244	semințe de pin uscate	616
245	sos sote de ardei grași de culoare verde	615
246	ceapă dulce proaspătă	614
247	mazăre verde nepreparată termic	600
248	sirop de arțar	590
249	sos de soia	578
250	suc de ananas neîndulcit, fără adaos de conservanți	568
251	oțet de mere și miere	564
252	ananas proaspăt, soiuri tradiționale	562
253	ulei extra virgin de măsline, cu adaos de usturoi, preparat în casă	557
254	suc din mai multe legume, preparat în casă, fără conservanți	548
255	roșii de formă lungă sau cilindrică (acestea sunt soiuri de roșii destinate obținerii sucului și pastei de tomate datorită numărului redus al compartimentelor de semințe și mai ales datorită conținutului crescut al substanței solide)	546
256	mazăre despicată, semințe mature	524
257	porumb dulce galben, boabe detașate de pe știulete	522
258	varză proaspătă	508
259	țelină proaspătă	497
260	broccoli, soiul sulița, nepreparat termic	496
261	praz, bulbul și partea inferioară a frunzelor proaspete	490
262	sos de roșii conservat, preparat în casă, cu adaos de sare	486
263	praf de cacao, pulbere instant	485

Nr. crt.	Denumire remediu	µmolTE /100 g
264	bostan cu miez portocaliu, proaspăt	483
265	mac, semințe	481
266	salată verde, soiul Iceberg, proaspătă	438
267	morcovi mici (în unele țări, morcovii sunt culeși înainte de maturizare și sunt folosiți în alimentație pentru că sunt mai fragezi decât în formă adultă)	436
268	piersici conservate în sirop, scurse	436
269	porumb dulce, conservat în saramură	413
270	oțet din struguri	410
271	suc de mere conservat, neîndulcit, fără acid ascorbic	408
272	tomate roșii coapte, preparate termic sau gătite	406
273	dovleac târziu, proaspăt	396
274	ceai negru, macerat la rece	392
275	tomate roșii, soiurile rotunde, proaspete sau coapte	367
276	ceai negru, infuzie caldă	313
277	morcovi fierți fără sare, scurși	317
278	pepeni galbeni din soiul Cantalup, proaspeți	315
279	fenicul, bulb proaspăt	307
280	papaya, fructe proaspete	300
281	fasole verde gătită	290
282	oțet din mere	270
283	ceai alb, infuzie caldă	264
284	vinete fierte fără sare, scurse	245
285	boabe de fasole din soiul Lima, semințe imature	243
286	pepeni galbeni din soiul Honeydew, proaspeți	241
287	suc de afin american, soiul alb	232
288	oțet de miere	225
289	ulei de măsline extra virgin cu usturoi și ardei iute, preparat în casă	219
290	castravete cu coajă, proaspăt	214
291	dovlecei cu coajă, proaspeți	180
292	pepeni verzi proaspeți	142
293	castravete fără coajă, proaspăt	126
294	ulei de arahide	106
295	lămâi verzi	82

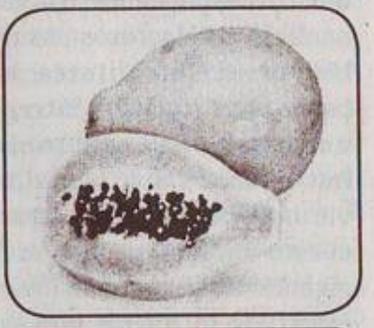
Adrian Arghir

Salată verde, soiul Iceberg



Pepeni galbeni, soiul Cantalupi

Fenicul



Papaya

ROLUL ESENȚIAL AL INTERACȚIUNII DINTRE MINTE ȘI TRUP ÎN APARIȚIA ȘI MENȚINEREA STĂRII DEPLINE DE SĂNĂTATE A FIINȚEI UMANE

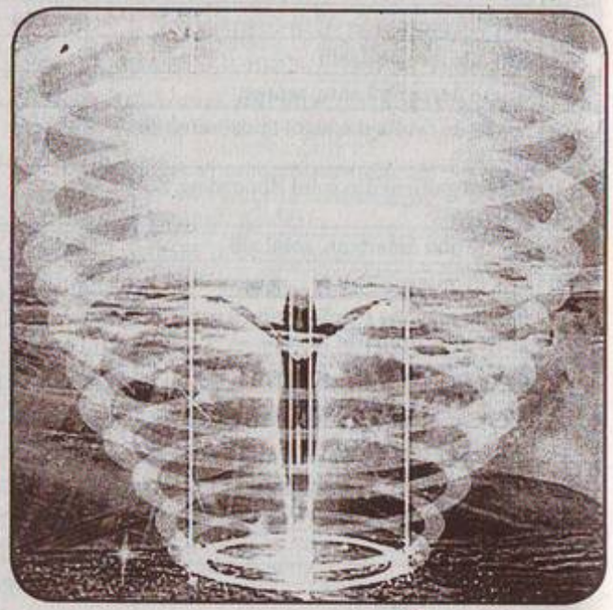
„Trupul și mintea pot fi în egală măsură sălașul bunăstării sau al bolilor. Ceea ce determină sănătatea și armonia ființei umane este interacțiunea armonioasă a celor două." (rostire din înțelepciunea ayurvedică)

Boala în viziunea medicinei psiho-somatice

Din cele mai vechi timpuri, vindecarea sufletească și trupească a fost o provocare ce a solicitat, poate cel mai intens, nevoia omului de a-și unifica natura polară a ființei sale. În confruntarea cu boala, gândirea umană a fost determinată de nenumărate ori să parcurgă – uneori mai repede, alteori mai încet – „distanța" dintre universal și individual, dintre sinteză și analiză, dintre inducție și deducție, sau dintre raționamentul teoretic și aplicația empirică.

În vechime, medicina aborda problema bolii pornind mai ales de la întreg la parte. În prezent, medicina modernă preferă abordarea inversă, pornind de la detaliu, nemaiajungând însă adesea la întreg. Astfel, în prezent, gândirea medicală începe în problematica bolii de la organul bolnav și de la simptomele particulare. În puține situații se procedează la observarea de ansamblu și analizarea simptomatologiei generale.

Oricare ar fi modalitatea de abordare a problematicii stării de sănătate, omul este și rămâne o parte a Universului, iar între om și Univers există și va continua să existe în permanență o relație de reciprocitate. Tocmai de aceea, în înțelepciunea omenirii a rămas mereu vie ideea că ființa umană este un veritabil Microcosmos, aflat într-o corespondență structurală perfectă cu Macrocosmosul sau Universul. În calitatea sa de parte constitutivă a întregului universal, omul este conectat într-un mod tainic la realitatea vie universală. Vizibil și aparent, el este o infimă parte a acestui gigantic Univers viu. În invizibil, el este însă infinit mai mult. Aceasta are implicații esențiale



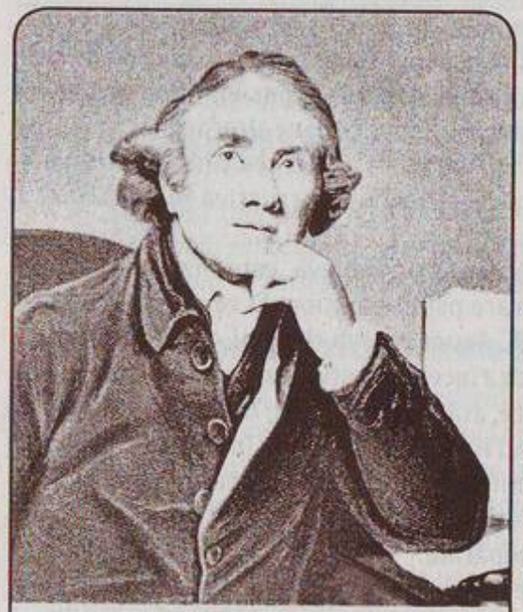
pentru starea de sănătate sau de boală a omului, indiferent de opiniile gânditorilor care nu acceptă aceste idei fundamentale. Însă pentru cei care le iau în considerare cu seriozitate și urmăresc să le descopere sensul profund, posibilitatea unificării fericite a gândirii umane în domeniul vindecării, gândire care alternează încă între o extremă și alta, devine din ce în ce mai apropiată. O asemenea cale de înțelegere superioară va duce în viitorul apropiat la o unificare constructivă în medicină, o unificare între convențional și neconvențional.

Fiecare ființă umană, fie că este sănătoasă sau bolnavă, este înzestrată cu un trup și cu o minte. Se știe că orice tulburare psiho-emoțională se reflectă la nivel trupesc, iar reciproca este și ea valabilă. Acum câteva decenii, medicina psiho-somatică a devenit o disciplină științifică ce a început să studieze relațiile care există între aspectele biologice și cele psihologice, atât în cazul stării de sănătate, cât și în cazul stării de boală a omului. Cercetătorul René Dubos afirma în mod semnificativ că: „Oricare ar fi factorii cauzatori și manifestările sale fizice, aproape orice boală afectează atât trupul, cât și mintea, iar aceste două aspecte sunt într-o atât de mare măsură interdependente, încât nu pot fi separate."

Limbajul popular din multe regiuni ale lumii este presărat cu multe expresii care evidențiază legătura intimă dintre trup și minte. Adeseori ne surprindem spunând că „vedem roșu în fața ochilor", din cauza unei stări de furie sau că putem fi „orbiți de furie". Alteori spunem că putem „împietri de frică", iar atunci când suntem copleșiți de trăirea iubirii, îi putem vorbi iubitului sau iubitei „cu voce tremurândă" sau „gâtuită de emoție".

În mod tradițional, se consideră că inima este locul emoțiilor. În funcție de natura bună sau rea a trăirilor emoționale, cineva poate să simtă că „i se umple inima" atunci când simte bucurie, sau poate să sufere de „dureri de inimă" sau de „inimă zdrobită" atunci când este trist. Alteori, starea de frică poate face ca inima „să urce în gât" sau „să coboare în stomac". Tot din cauza fricii, oamenii spun că pot „paraliza de frică". De asemenea, emoțiile se exprimă în mod relativ rapid la nivelul pielii. O tânără femeie se poate îmbujora de rușine, de stinghereală ori de indignare. Pielea poate reacționa la frică printr-o transpirație excesivă sau prin apariția unor mici pete roșii. Frica poate face, de asemenea, ca mușchii să se contracte. Se spune despre unii oameni abili că „intră pe sub pielea" altora. Celor cu o fire clocotitoare li se poate spune că „ard de nerăbdare să facă ceva anume". Unele tulburări emoționale pot face „să ne tremure genunchii" sau „să ni se înmoaie picioarele" ori să determine „clănțănitul dinților". Alteori, într-o stare de stres, de încleștare interioară, „scrâșnim din dinți". Frica și dezgustul determină adeseori uscarea gurii. Tocmai de aceea, se afirmă uneori că dezgustul și frica pot să ne îmbolnăvească. Unii nu pot „înghiți" o situație. Alții simt „un nod în gât", „o greutate în piept" sau „un nod în stomac". Sentimentul interior de ușurare este comunicat în mod obișnuit prin expresia „mi s-a luat o piatră de pe inimă".

În secolul al XVIII-lea, cercetătorul John Hunter (1728-1793) a observat și a experimentat apoi în mod direct efectele pe care le poate genera mintea asupra trupului, în anumite condiții. Astfel, el susținea că dacă mintea unui om este agitată



Dr. John Hunter

și nestăpânită, orice răuvoitor îl poate enerva sau supăra, iar viața lui este o permanentă tulburare. Hunter a făcut această afirmație deoarece a observat că atacurile sale de angină pectorală apăreau aproape de fiecare dată când mintea sa era agitată. În anul 1884, William James, un psiholog de la Harvard, a sugerat că anumiți stimuli din mediu produc răspunsuri organice și că aceste răspunsuri viscerale ale organelor interne–ale inimii, stomacului, plămânilor sau intestinelor – determină mintea să reacționeze prin emoții specifice. James a rezumat teoria sa în afirmația celebră și totodată surprinzătoare: „Ne este frică pentru că fugim, nu fugim pentru că ne este frică." În aceeași perioadă, un om de știință danez, Carl Lange, a avansat o idee similară cu privire la apariția emoțiilor. Cele două teorii au fost unificate și cunoscute ca teoria James-Lange.

Această teorie a fost la un moment dat un reper în înțelegerea naturii și influenței emoțiilor. Aproape imediat, această teorie a devenit ținta unui criticism vehement. Cel mai critic a fost Walter Cannon, care susținea că emoția este o stare de excitație amplificată a organismului, și că aceasta este o parte a unui „sistem de activare". El considera că activarea se extindea de la starea de somn la starea de panică. Împreună cu un alt cercetător, pe nume Bard, Walter Cannon a formulat o teorie a activării care susține că emoțiile sunt o parte a unui sistem de alarmă specific pentru activarea trupului. Teoria Cannon-Bard era opusă teoriei James-Lange. Conform teoriei Cannon-Bard, locul emoțiilor era creierul, respectiv talamusul; la talamus ajunge stimularea externă, iar acesta trimite impulsuri specifice, atât către cortexul cerebral, cât și către viscere, pregătind astfel trupul pentru acțiune. Cei doi considerau că emoția era rezultatul unei stări de excitație cerebrală.

Cercetările moderne au arătat că aceste teorii timpurii exprimau într-un mod destul de simplist realitatea complexă a trăirilor emoționale. Majoritatea teoriilor moderne pun accentul pe elementul cognitiv sau de gândire în declanșarea emoțiilor. De exemplu, când oamenilor li se povestește despre o situație particulară, ei tind să manifeste emoția corectă, corelată cu acea situație, fie că ei cunosc sau nu situația în mod direct. Această observație ar indica faptul că majoritatea emoțiilor tind „să existe, într-un anume fel, în ochii privitorului".

Pentru a studia emoțiile în amănunt, ele trebuie să fie atent și lucid observate, apoi ordonate și descrise cu acurateță. Una din principalele dificultăți în analiza

descriptivă a emoțiilor este faptul că emoțiile sunt de obicei relevante mai ales în contextul în care apar, și chiar și atunci, ele variază ca intensitate și nuanță. În general, senzațiile și trăirile plăcute și neplăcute sunt considerate emoțiile fundamentale. Principalele trăiri emoționale plăcute sunt bucuria, buna dispoziție și mulțumirea. Principalele trăiri emoționale neplăcute sunt frica, mânia și resentimentul. Fiecare emoție, plăcută sau nu, este caracterizată de intensitate.

Pentru a determina intensitatea emoțională, psihologii măsoară modificările fiziologice ale trupului, pe care le provoacă emoția: pulsul, tensiunea, viteza respirației și conductanța pielii. Conductanța electrică a pielii, numită „răspunsul galvanic al pielii", oferă indicații valoroase legate în special de stările de anxietate. În mod normal, aproape orice emoție este însoțită de o scădere rapidă a răspunsului galvanic al pielii. Pe acest principiu funcționează, de exemplu, detectorul de minciuni clasic. De asemenea, undele cerebrale rapide sunt caracteristice unei stări de emoție crescută.

În știința milenară a sistemului Ayurveda, trăirile emoționale sunt analizate în amănunțime și ordonate în funcție de anumiți factori vital-energetici fundamentali din ființă. Această formă de cunoaștere directă a naturii emoționale permite modelarea gradată, în sens benefic, a trăirilor noastre emoționale, în vederea unei cât mai bune armonizări a relației dintre minte și trup.

În practica medicinei psiho-somatice, diagnosticarea bolilor emoționale este făcută în principal pe baza simptomelor, însă fără excluderea unor cauze organice. Anumite simptome somatice evidențiază, dar nu indică întotdeauna în mod exclusiv, existența unei origini emoționale. Acestea includ: plâns, tremur, impotență, frigiditate, palpitații, oftat, dificultăți respiratorii, senzație de presiune la nivelul capului și, adeseori, oboseală și epuizare fizică. Pentru controlul eficient al stărilor pe care le au persoanele care prezintă boli psiho-somatice este important să fie cunoscută ponderea cauzelor organice, a problemelor de personalitate și a nivelului de stres. Este necesar să se investigheze atât starea mentală, cât și cea fizică, precum și întreaga istorie psiho-somatică a bolnavului. O examinare clinică completă este necesară pentru a exclude bolile organice, deși, dacă privim problema dintr-o perspectivă spirituală, putem spune că bolile așa-zise organice sunt de fapt corelate cu tulburări de natură psiho-somatică, relevând atitudini greșite mai vechi și mai greu decelabile sau chiar impregnări și tendințe greșite din viețile anterioare.

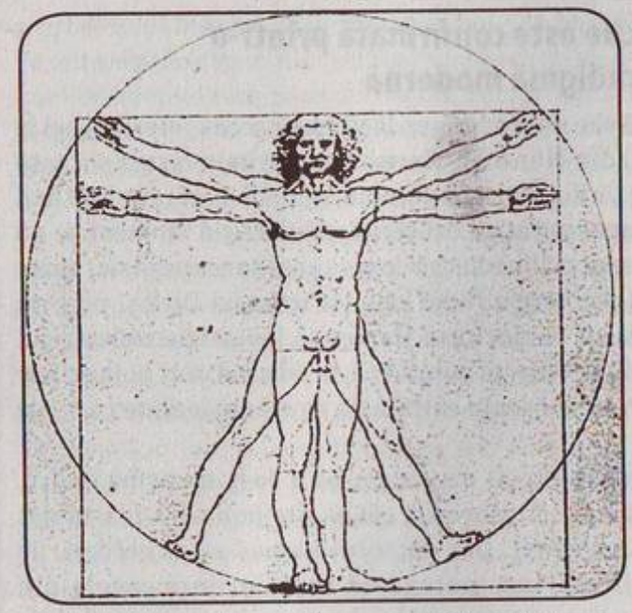
În timpul unei crize de furie, timpul de coagulare al sângelui este mult diminuat. În caz de resentimente, regrete sau mânie, pulsul, tensiunea arterială și randamentul cardiac sunt crescute. Anxietatea duce la creșterea ritmului cardiac, a consumului de oxigen și a randamentului cardiac, dar scade rezistența periferică. La bolnavii cardiaci, anxietatea și resentimentele determină modificarea electrocardiogramei. Efectele emoționale asupra funcțiilor organismului nu sunt caracteristice doar omului. S-a observat că infarctul miocardic apare în cazul babuinilor din Kenya care sunt supuși stresului emoțional când sunt prinși, în absența oricăror boli cardio-vasculare. În această situație, infarctul miocardic are loc pe o bază funcțională, probabil cauzat

de spasmul arterei coronare produs de furie. Leșinul psihogen inițiat de factori emoționali cum este frica, este asociat cu o supra-activare a parasimpaticului, ceea ce duce la vasodilatație în regiunea splahnică, la diminuarea a volumului de sânge circulant și la pierderea cunoștinței.

În cazul pacienților care prezintă simptome gastro-intestinale, ele sunt cauzate mai mult de o disfuncție decât de o boală organică. Secreția gastrică este influențată de mânie, bucurie și anxietate. Corelată cu aceste simptome este și secreția de salivă, de sucuri intestinale și de bilă. Observarea directă a colonului uman prin practicarea unor fistule și colostomii, și a mucoasei gastrice prin gastrotomie au arătat că frica, anxietatea și durerea duc la creșterea peristaltismului, înroșirea și umflarea membranei mucoase, în timp ce depresia cauzează scăderea motilității și paloarea membranei mucoase. Simptomele psiho-somatice pot fi rezultatul tulburărilor funcției secretorii, cum ar fi salivația, gura uscată, hiperclorhidria, hiperinsulinismul funcțional și colita mucoasă sau, alternativ, pot fi cauzate de tulburări ale funcțiilor motorii, cum sunt spasmul esofagian, hipermotilitatea gastrică, colonul spastic, dischinezia biliară, constipația și diareea. Nu este sigur dacă o perturbare funcțională, cum este hiperclorhidria, care rezultă din tulburări psiho-somatice poate cauza ulcer peptic. Ulcerul peptic poate apărea și după secționarea nervilor vag și splahnic, astfel că e mai probabil că stimulii emoționali sunt doar factori predispozanți și nu cauza de bază.

Pielea are un rol important în reglarea temperaturii corporale prin transpirație, iar funcțiile sale sunt controlate de sistemul nervos autonom. Vasoconstricția, vasodilatația, activitatea pilomotorie și transpirația sunt patru procese fiziologice obișnuite ale pielii și ele sunt controlate în mare măsură de sistemul nervos autonom. Transpirația termică diferă de cea emoțională. Transpirația termică este mai evidentă pe frunte, pe gât și pe trunchi și este controlată de centrul temperaturii din hipotalamus. Transpirația emoțională este mai evidentă pe palme, pe tălpi și la axile. Bolnavii care prezintă transpirație emoțională rece nu prezintă și transpirație palmară când sunt expuși la căldură, deși alte suprafețe corporale răspund la căldură prin transpirație. Pruritul poate fi pur psihogen, independent de o excitație specifică. El poate fi declanșat de o experiență emoțională, și acest lucru poate fi demonstrat prin măsurarea nivelului intradermic de histamină, înainte și după stresul emoțional. La pacienții tensionați, un tonus crescut al sistemului nervos simpatic este reflectat de constricția vaselor de sânge din piele. Sedarea pacienților anxioși produce o scădere a activității nervoase simpatice excesive și readuce la normal circulația dermică.

Influența emoțiilor asupra funcției respiratorii este exprimată prin expresii de genul „mi s-a tăiat respirația". Inervația eferentă a tractului respirator, care include și mucoasa nazală, constă din nervi simpatici și parasimpatici. Nervii parasimpatici au un efect constrictor asupra musculaturii netede a tractului respirator, iar nervii simpatici au un efect relaxant. Dacă stimularea parasimpatică asupra plămânilor este excesivă, apare o suprasecreție a celulelor mucoase și o supradilatare a vaselor



sangvine. Aceasta produce umflarea mucoasei bronșice și congestia căilor respiratorii. În plus, mușchii netezi ai pereților bronșici se contractă.

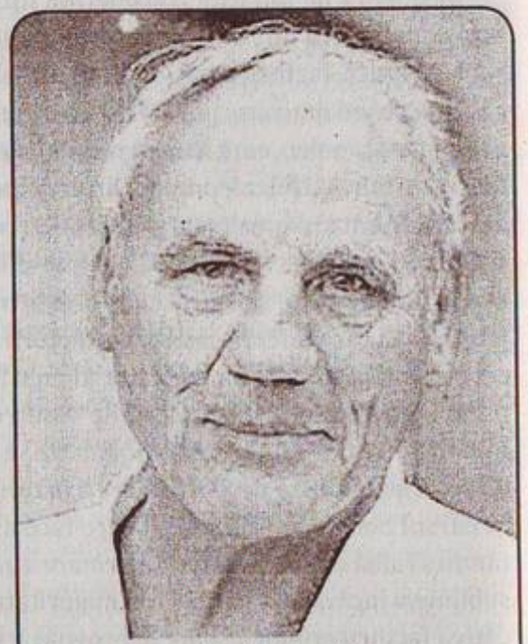
Efectele factorilor emoționali sunt mediate de sistemul nervos parasimpatic, iar acetilcolina, ca și histamina, poate produce toate simptomele și modificările tisulare ce apar în cazul astmului. De asemenea, ele pot afecta și mucoasa nazală. Astfel, supra-activarea parasimpatică a nasului duce la îngroșarea membranei mucoase și la producerea unei secreții apoase tipice rinitei vasomotorii. Factorii emoționali cei mai probabil care produc aceste efecte parasimpatice sunt sentimentul de umilire și resentimentele. Factorii care duc la creșterea activității parasimpatice vor reprezenta stimulii ce produc rinita vasomotorie sau astmul bronșic.

Deși febra de fân este considerată un prototip al tulburărilor alergice, factorii emoționali joacă un rol stimulator în multe cazuri, iar la majoritatea bolnavilor cu rinită cronică, factorii emoționali au un rol important. S-a demonstrat experimental că atunci când mucoasa nazală este congestionată ca urmare a unui stres emoțional, expunerea la polen, care în mod normal nu produce simptome, va determina apariția febrei de fân. Astfel, răspunsurile alergice sunt potențate de tensiunile emoționale atât clinic, cât și experimental. Infecțiile respiratorii pot face ca celulele mucoase să secrete în exces, iar vasele de sânge să se dilate, efecte care vor prelungi sau intensifica atacurile astmatice alergice. Astmul este în mod obișnuit o tulburare cu o cauzalitate multiplă în care infecția, alergia și factorii emoționali au rol important. Infecția este cel mai important factor cauzator al unei boli și este responsabilă de peste 50% din cazurile de îmbolnăvire. Alergiile sunt responsabile pentru 25% din cazurile de îmbolnăvire, iar factorii emoționali de restul de 25%. Este important să realizăm că principala cauză declanșatoare a astmului nu este și factorul etiologic dominant în cursul bolii. Astfel, un copil care face astm ca rezultat al unei infecții poate mai târziu să aibă crize astmatice ca urmare a unor tensiuni emoționale. Este important să subliniem încă o dată faptul că în majoritatea tulburărilor psihosomatice, există doar câțiva factorii etiologici care le provoacă, însă contribuția componentei emoționale are o relevanță considerabilă.

O idee străveche este confirmată printr-o paradigmă modernă

Pe 18 august 1978, doctorul Ryke Geerd Hamer, la vremea aceea internist şef la clinica oncologică a Universităţii din München, Germania, a primit vestea şocantă că fiul său, Dirk, a fost împuşcat. Dirk a murit în decembrie 1978 şi, câteva luni mai târziu, doctorul Hamer a fost diagnosticat cu cancer testicular. Din moment ce nu fusese niciodată grav bolnav, a suspectat imediat că dezvoltarea cancerului său poate avea legătură directă cu tragica pierdere a fiului său. Moartea lui Dirk şi propria sa experienţă cu cancerul l-au făcut pe doctorul Hamer să investigheze istoricul pacienţilor săi de cancer. A descoperit foarte curând că, la fel ca el, toţi bolnavii de cancer pe care îi ştia au trecut prin experienţe extrem de stresante înainte ca boala să se instaleze şi să se dezvolte.

Observarea conexiunii dintre minte şi organism nu a fost surprinzătoare. Numeroase studii arătaseră deja că atât cancerul, cât şi alte boli sunt foarte des precedate de un eveniment traumatizant. Dar doctorul Hamer a dus cercetările sale cu un pas mai departe. Urmărind ipoteza că toate evenimentele din organism sunt controlate prin mecanisme cerebrale, a analizat tomografiile pacienţilor săi şi le-a confruntat cu istoricul lor medical. Doctorul Hamer a descoperit astfel că orice boală, nu numai cancerul, este în realitate controlată de o anumită zonă din creier, ce corespunde în mod analogic şi specific zonei organice în care s-a localizat boala şi este legată, în mod particular, de un anumit conflict-şoc psiho-emoţional, ce este perfect identificabil. Astfel a apărut o paradigmă revoluţionară, care nu numai că le explică în mod demonstrabil bolnavilor de cancer cauzele reale ale bolii lor, ci le oferă şi o şansă reală de vindecare, fără mutilare şi otrăvire prin aşa-zisele tratamente chirurgicale, radioterapice şi chimioterapice.



Doctorul Ryke Geerd Hamer

Rezultatul cercetărilor lui Hamer se constituie într-o diagramă ştiinţifică ce ilustrează legătura intimă dintre psihic, creier (ariile corticale) şi organele şi ţesuturile întregului organism uman. Doctorul Hamer a denumit descoperirile sale „cele cinci legi biologice ale noii medicine", datorită faptului că aceste legi biologice, valabile în cazul oricărui pacient, oferă o perspectivă cu totul nouă asupra înţelegerii cauzei, a dezvoltării şi

a procesului natural de vindecare a bolii. În anul 1981, doctorul Hamer a prezentat rezultatele descoperirilor sale la Facultatea de Medicină a Universităţii din Tübingen, sub forma unei teze post-doctorale. Totuşi, până astăzi, Universitatea a refuzat să testeze cercetările doctorul Hamer, în ciuda obligativităţii legale de a o face. Acesta este un caz fără precedent în istoria universitară. În mod similar, medicina oficială a refuzat să aprobe descoperirile sale, în ciuda a 30 de verificări ştiinţifice diferite, făcute atât de medici independenţi, cât şi de asociaţii profesionale. La scurt timp după ce doctorul Hamer şi-a prezentat teza, i-a fost adresat pe cale ierarhică un ultimatum de a renunţa la susţinerea publică a descoperirilor sale ştiinţifice, în caz contrar el fiind ameninţat că i se va refuza reînnoirea contractului său cu Clinica Universitară. În anul 1986, deşi munca sa nu a fost niciodată pusă la îndoială sau dezaprobată, doctorului Hamer i-a fost ridicată licenţa medicală, pe motiv că a refuzat să se conformeze principiilor medicinei standard. Cu toate acestea, el a fost hotărât să-şi continue munca şi în anul 1987 a reuşit să-şi extindă descoperirile practic la orice boală cunoscută de medicină.

Doctorul Hamer a fost persecutat şi hărţuit timp de 25 ani, în special de către autorităţile germane şi de către cele franceze, şi chiar încarcerat o perioadă. Începând cu anul 1997, doctorul Hamer locuieşte în exil în Spania, unde îşi continuă cercetările. Însă din moment ce Facultatea de Medicină a Universităţii din Tübingen îşi menţine tactica de amânare, pacienţilor din întreaga lume le este refuzat dreptul de a beneficia de descoperirile revoluţionare ale doctorul Hamer.

Doctorul Hamer a stabilit că „aproape orice boală este cauzată de un şoc emoţional care surprinde individul total nepregătit" (prima lege biologică). În onoarea fiului său, doctorul Hamer a denumit acest incident stresant „Dirk Hamer Syndrome", sau DHS. Psihologic vorbind, DHS-ul este un incident foarte personal, condiţionat şi determinat de experienţele noastre trecute, de vulnerabilităţi, de percepţiile personale, de valorile şi credinţele proprii. Cu toate acestea, DHS-ul nu este doar un conflict emoţional, ci el se propagă şi la nivel biologic şi trebuie înţeles în contextul evoluţiei noastre personale.

Animalele experimentează aceste şocuri cu consecinţe biologice în urma pierderii bruşte a cuibului sau teritoriului, a pierderii unui pui, a separării de partener sau de grup, a unei ameninţări neaşteptate, a unei perioade de inaniţie sau a unei ameninţări cu moartea. Un bărbat, de exemplu, poate suferi un şoc conflictual de „pierdere a teritoriului" când îşi pierde casa sau locul de muncă pe neaşteptate; pentru o femeie, un şoc conflictual „în cămin" poate fi o grijă pentru binele unuia dintre membrii familiei; un şoc conflictual de tipul „abandonului" poate fi declanşat de un divorţ neprevăzut sau de o spitalizare de urgenţă; copiii suferă deseori un şoc conflictual „de separare", atunci când mama se decide să se întoarcă la muncă sau când se despart părinţii.

Analizând mii de tomografii în relaţie cu istoricul pacientului, doctorul Hamer a descoperit că atunci când are loc un DHS, şocul impactează o zonă specifică, predeterminată din creier, cauzând o leziune care este vizibilă pe tomografie ca

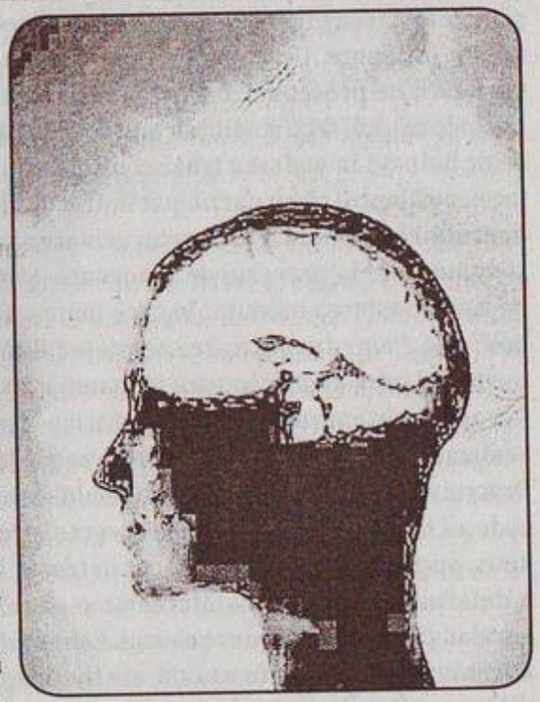
un set clar de inele concentrice. (În anul 1989, Siemens, producătorul german de aparate tomografice, a confirmat că aceste inele nu provin de la o proastă funcționare a aparaturii.) După impact, celulele cerebrale transmit șocul către organul corespondent care, la rândul lui, răspunde cu o modificare maladivă specifică, ce poate fi anticipată. Motivul pentru care diferitele conflicte sunt legate indisolubil de anumite zone ale creierului este acela că, de-a lungul evoluției noastre, fiecare parte a creierului a fost programată să răspundă instantaneu la posibile conflicte sau amenințări. În timp ce „vechiul creier" (cerebelul, zona amigdaliană) corespunde unor „programări" legate de supraviețuire, care sunt conexe cu respirația, hrănirea sau reproducerea, „noul creier" (creierul mare) este „codat" cu teme mult mai avansate, precum cele legate de autoapreciere, de încrederea și respectul de sine.

Cercetările medicale ale doctorul Hamer sunt strâns legate de embriologie, pentru că, indiferent de felul în care organismul răspunde unui conflict, fie prin dezvoltarea unei tumori, prin deteriorarea țesutului sau prin dereglarea funcționării, toate acestea sunt în mod specific corelate cu stratul embrionar al gametului din care provin atât organul, cât și țesutul cerebral corespondent. Aceasta constituie ceea ce Hamer a numit „a treia lege biologică", Sistemul ontogenetic al tumorilor, care ilustrează că organele controlate de „vechiul creier", care derivă din endoderm, sau organele ce derivă din mezoderm, precum plămânii, ficatul, colonul, prostata, uterul, pielea în profunzimea ei, pleura, peritoneul, pericardul, glandele mamare etc., generează întotdeauna proliferare celulară, imediat după ce conflictul corespondent se reflectă la nivelul creierului.

Rolul benefic al unei atitudini optimiste în procesul de vindecare

Chiar dacă în prezent nu au fost studiate îndeajuns modificările fiziologice ale trupului și minții produse de stările benefice de veselie, bucurie și de râs, ne putem da seama că efectele sunt în mod categoric opuse celor cauzate de frică, mânie sau frustrare. Acum aproape 400 de ani, Robert Burton observa în cartea sa „Anatomia melancoliei" că umorul purifică sângele, întinerește trupul și îl pregătește pentru orice situație, oricât ar fi aceasta de grea. Starea de bucurie este motorul principal al dărâmării zidurilor melancoliei și tristeții și reprezintă o cură eficientă în sine.

Sigmund Freud considera că veselia este o modalitate foarte utilă pentru contracararea tensiunii nervoase și că umorul reprezintă o terapie foarte eficientă. Sir William Osler considera că râsul este „muzica vieții" și că oamenii își pot păstra tinerețea râzând. În anul 1976, doctorul Norman Cousins scria cu umor într-un articol din revista „New England Journal of Medicine" că s-a vindecat cu ajutorul râsului, al vitaminei C și al unui medic înțelegător. El a subliniat importanța mobilizării resurselor terapeutice proprii. Astfel, a ajuns la concluzia că bolnavul are responsabilitatea și totodată puterea de a deveni și de a se menține sănătos, iar terapeutul acționează doar ca îndrumător și ghid.



Un studiu interesant a fost publicat în revista „Science" în anul 1984. În acest studiu referitor la recuperarea în urma intervențiilor chirurgicale asupra vezicii biliare, 23 de pacienți ținuți în camere cu ferestre orientate către un peisaj natural au avut nevoie de o perioadă postoperatorie mai scurtă în spital, de mai puține analgezice și au primit mai puține evaluări negative în rapoartele asistentelor medicale decât alți 23 de bolnavi, care au fost spitalizați în camere cu vederea către un zid de cărămidă. S-a constatat astfel că un peisaj natural induce sentimente pozitive, susține interesul și reduce frica la cei care sunt stresați și totodată, astfel de condiții bune pot bloca sau reduce stresul și anxietatea.

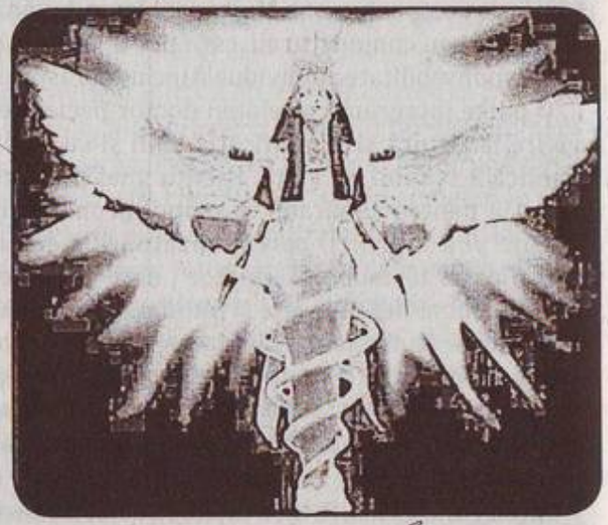
În timp ce emoțiile negative, cum sunt frica, mânia, furia, gelozia, lăcomia, frustrarea distrug viața și generează boală și suferință, trăirile pozitive, cum sunt iubirea, speranța, încrederea, creativitatea, dorința de a trăi și de a-i ajuta plini de compasiune pe alții să trăiască vor contribui la menținerea sănătății și la atingerea unei excelente bunăstări fizice, psihice și mentale. Ca ființe umane mature, avem puterea și responsabilitatea de a ne păstra sănătoase trupul și mintea, prin respectarea câtorva reguli simple de comportament și conduită cu privire la mâncare, exercițiu fizic, somn, igienă personală, precum și a regulilor etice și morale de comportament. Multe probleme de sănătate sunt cauzate de factori socio-economici sau conjuncturali, care pot fi modificați doar printr-o acțiune colectivă. Însă responsabilitatea individuală include și asumarea unei responsabilități colective.

O parte integrantă a relației doctor-pacient este aceea de a educa pacientul cu privire la natura și semnificația bolii și cu privire la posibilitățile de modificare benefică a stilului de viață. Esența unei practici vindecătoare corecte este chiar educația pentru sănătate, în scopul promovării bunăstării și prevenirii bolilor, precum și a îngrijirii corespunzătoare a celor suferinzi. Aceasta este de fapt semnificația termenului „doctor", care provine din latinescul *docere* (a învăța). Oamenii pot astfel să învețe și totodată să înțeleagă modul în care comportamentul și mediul lor le afectează sănătatea, pentru a promova apoi bunăstarea și pentru a preveni bolile printr-o nutriție adecvată, prin exercițiu fizic binefăcător, printr-un mod de viață sănătos, printr-un comportament adecvat în situațiile de stres și, mai ales, printr-o justă înțelegere a rolului pe care îl au feluritele stări psiho-emoționale asupra sănătății.

Înțelegând astfel, în mod înțelept, rolul influențelor psiho-emoționale în apariția

și manifestarea unei boli trupești, întrebarea importantă este cum pot fi diminuate aceste influențe. Descoperirea fenomenului de feed-back indică faptul că o mare varietate de procese fizice pot fi influențate de eforturile psiho-mentale pozitive ale bolnavului. O parte importantă a educației pentru sănătate constă în educarea celor bolnavi în vederea trezirii motivației care să îi determine să descopere și să înțeleagă faptul că au participat în trecut, fie conștient, fie inconștient, la apariția și dezvoltarea bolilor lor și că, prin urmare, vor putea de asemenea participa conștient și voluntar și la procesul de vindecare. Sistemul tradițional *Ayurveda* pune accent pe recunoașterea modului în care bolnavul a participat în mod specific la apariția bolii sale. Pentru explicitarea acestei realități esențiale, sistemul *Ayurveda* folosește termenul *prajnaparadha* care înseamnă „greșeală volitivă". Literal, termenul poate fi tradus prin expresia „crime împotriva înțelepciunii" sau, altfel spus, „participarea realizată prin ignorarea repetată a regulilor elementare ale unei vieți sănătoase". Practic vorbind, ideea nu este nicidecum de a induce vreo stare de vinovăție în bolnav, ci de a-l face să înțeleagă în mod corect și profund faptul că anumite alegeri ori, altfel spus, opțiuni pe care el le-a făcut în trecut l-au expus la tensiuni, într-un mod care a determinat ulterior instalarea unui anumit dezechilibru specific, ce este perfect corelat din punct de vedere cauzal. Este posibil ca aceste alegeri anterioare să fi fost conștiente și deliberate sau nu, ele fiind legate de personalitatea bolnavului ori de diferite constrângeri exterioare, precum și de condiționările sociale și culturale. Ținând cont de acest adevăr, participarea bolnavului la propria sa vindecare se poate face chiar prin adoptarea unor modificări binefăcătoare neapărat necesare, ale atitudinii mentale individuale și totodată, ale stilului de viață.

Din punct de vedere practic, un rol foarte important îl are în acest demers puterea vindecătoare a mentalizării pozitive, transpusă în practică chiar de către cel bolnav și susținută de interacțiunea cu vindecătorul. Pe de altă parte, atitudinea negativă a pacientului, a vindecătorului sau a familiei poate produce un „efect placebo invers", adeseori cu efecte negative considerabile. O atitudine mentală pozitivă constantă, combinată cu modalități practice esențiale de scădere a stresului, pot avea un puternic impact pozitiv în procesul terapeutic și pot facilita o vindecare rapidă și eficientă.



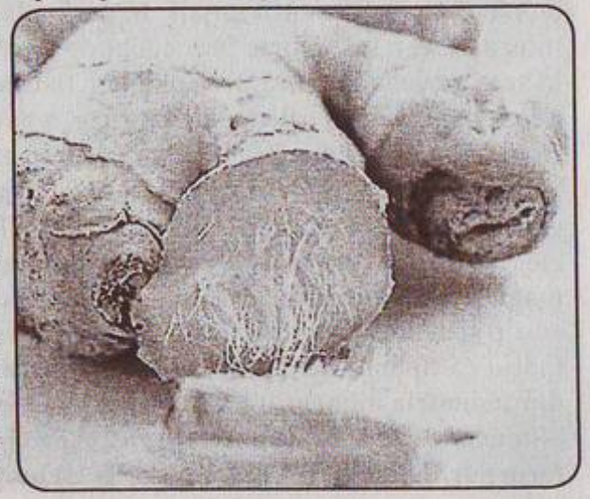
Andrei Gămulea

REMEDII A CĂROR EFICIENȚĂ A FOST DEJA DOVEDITĂ, DAR CU PRIVIRE LA CARE MASS-MEDIA PĂSTREAZĂ ÎN CONTINUARE O TĂCERE SUSPECTĂ

În prezent, avem la dispoziție o serie de remedii naturale foarte eficiente cum sunt: extractul de sâmburi mici de grepfrut, uleiurile esențiale naturale de lavandă sau de tea tree, vitamina C naturală din fructe sau din citrice, vitamina D naturală din produsele apicole (cum sunt propolisul sau polenul proaspăt) sau pulberea de echinaceea, diferitele varietăți de cimbru (cimbru de cultură, cimbru de grădină sau monarda), pulberea de cuișoare, rădăcina de ghimbir proaspătă, care fiecare dintre ele pot să contribuie la prevenirea și tratarea virozelor și în particular a gripelor. Există însă și alte câteva remedii, a căror eficacitate a fost dovedită practic în decursul timpului, dar care sunt mai puțin cunoscute, pentru că despre ele s-a vorbit foarte puțin.

Dacă proprietățile clorurii de magneziu ar fi fost recunoscute la timpul lor de forurile științifice din medicină, fără îndoială că multe vaccinuri, oricum în bună măsură inutile, nu ar mai fi fost acum produse. Mass-media, aservită marilor corporații din domeniul farmaceutic, nu mai scrie articole despre prevenirea naturală a bolilor și despre tratamentele alternative. Presa, posturile de radio și televiziune laudă la comandă meritele vaccinurilor și ale antiviralelor de tipul Tamiflu, însă orice om inteligent se poate întreba, pe bună dreptate: „Oare de ce ni se repetă obsesiv ideea că nu există nicio altă șansă în afara acestor medicamente?"

La începutul secolului trecut, după faimoasa epidemie de gripă „spaniolă" din anul 1918, arsenalul terapeutic era destul de bine dezvoltat. În lucrarea intitulată „Observații clinice și terapeutice asupra epidemiei de gripă din 1918", medicul francez Edouard Prouvost aprecia rezultatele foarte bune la injecția intravenoasă a unui remediu milenar, și anume argintul coloidal. Utilizat încă din Antichitate, argintul coloidal este unul dintre cele mai folosite remedii din prima jumătate a secolului al XX-lea. Argintul coloidal este o soluție care conține argint foarte fin diluat. Utilizările sale sunt multiple, ele fiind menționate de Franck Goldman în lucrarea „O armă secretă împotriva bolii".



Acest remediu dă rezultate absolut uimitoare în situații de boală tot atât de complexe precum în cazul HIV sau al malariei, confirmate prin studii recente, efectuate îndeosebi de către cercetătorii americani. Deși au fost făcute câteva administrări de acest gen, care aveau mai mult rol de teste decât de remedii de largă utilizare, vaccinul nu era cunoscut în acea perioadă. De altfel, tânărul medic Prouvost, internist într-un spital militar, relatează mai multe efecte benefice ale argintului coloidal. El a semnalat de asemenea și eficacitatea așa-numitelor abcese de fixare, care au rolul de a drena toxinele. Un abces de derivare sau „de fixare" este un fel de abces provocat în scop terapeutic, prin injectarea hipodermică cu esență de terebentină. Medicul Prouvost constata că acesta poate provoca o criză curativă salutară chiar în cazurile cele mai grave. În prezent această procedură a fost abandonată. Iată că încă din anul 1918 au fost descoperite remedii a căror eficacitate surclasează efectele oricărui vaccin.

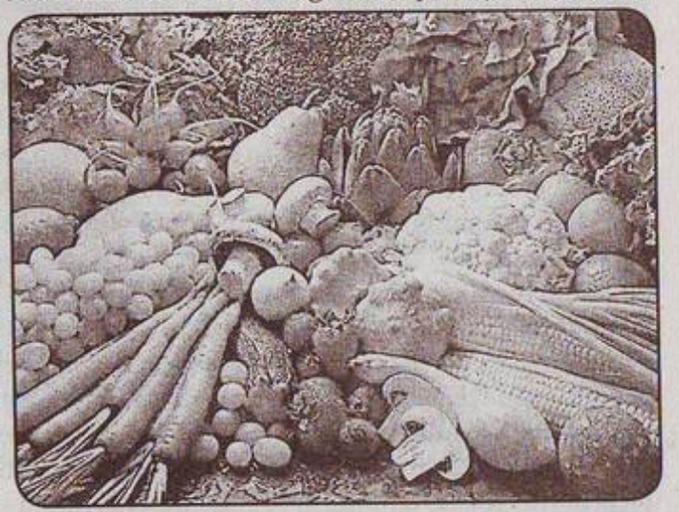
Pierre Delbet (1861-1957)

Pierre Delbet (1861-1957) a fost medic chirurg, șef de clinică și membru al Academiei de medicină și a scris mai multe lucrări despre numeroasele beneficii ale clorurii de magneziu. Procedura este foarte simplă. Un pliculeț de 20 grame de clorură de magneziu se dizolvă în 1,5 litri de apă și se bea gradat, cu înghițituri mici, eșalonat, de dimineața până seara, într-un interval de timp de două zile. Remediul poate fi folosit de oricine, însă sunt necesare unele precauții pentru bolnavii cu insuficiență renală. În perioada în care Pierre Delbet a fost medic internist, el a fost foarte preocupat de efectul nociv al antisepticelor utilizate în acea perioadă la curățarea plăgilor. În timpul războiului din 1914-1918, când a fost mobilizat în calitate de chirurg, a avut ocazia să constate că soluția de clorură de magneziu ($MgCl_2$) dă rezultate extraordinare. Mai târziu, el a făcut legătura între extinderea rapidă a maladiilor de natură canceroasă și carența generalizată a magneziului. În acest sens, el a scris două cărți, în prima dintre ele, „Politica preventivă a cancerului", demonstrând incidența deficienței de magneziu în evoluția acestei maladii. În cea de-a doua carte scrisă în colaborare cu alți specialiști și având titlul „Agricultura și sănătatea", Pierre Delbet remarcă faptul că tipurile de culturi agricole intensive și prelucrarea de tipul rafinării din industria alimentară determină reducerea și chiar lipsa magneziului din alimentele curente. Din nefericire, aceste două cărți n-au suscitat interesul forurilor de medicină așa cum ar fi trebuit, ca să nu spunem că au deranjat

interesele industriașilor și au fost lăsate intenționat în uitare chiar de către cei care aveau datoria să le popularizeze, spre binele oamenilor.

O soartă similară au avut și lucrările succesorului său, doctorul Neveu, referitoare la tratarea difteriei (începând din 1932), a tetanosului și a poliomielitei cu clorură de magneziu. În lucrarea „Tratarea citofilactică a poliomielitei cu clorură de magneziu", doctorul Neveu a prezentat 15 cazuri de vindecare a maladiei. Ori, el afirmă că a obținut rezultate evidente nu numai prin aplicarea imediată a tratamentului în faza incipientă a bolii, dar a remarcat, în plus, ameliorări la pacienții tratați cu medicamente alopate. Acești pacienți sufereau deja de paralizie generală sau chiar totală. El a făcut următoarea constatare, în timpul epidemiei de gripă acută din iarna lui 1934-1935: „Aproape toți bătrânii au fost contaminați și toți s-au vindecat cu ajutorul soluției de clorură de magneziu. Acest remediu le reduce imediat febra! Este bine să reținem acest lucru!" Din nefericire, aceste lucrări n-au avut impactul scontat din cauza orientării cercetării, aflată în plin avânt, către utilizarea vaccinurilor, orientare ce avea un potențial comercial mult mai mare. La Institutul Pasteur, în perioada respectivă, începuseră să apară primele vaccinuri.

Pentru cei care nu tolerează remediile cu gust amar, așa cum este cazul clorurii de magneziu, și chiar pentru ceilalți, a fost realizat un remediu mult mai plăcut în ceea ce privește administrarea, numit clorumagen și care poate fi folosit în toate formele de uz intern. Din aceasta se folosește o cantitate de un sfert de linguriță, dizolvată într-un pahar cu apă, administrat de două până la patru ori pe zi. Conform celor afirmate de medicul Martin du Theil, acest remediu nu are acțiune nocivă asupra rinichilor. Remediul a fost prescris pentru constipație și s-a constatat că, odată ajuns în stomac, el se transformă imediat în clorură de magneziu. După 15 ani de utilizare a remediului, marele său promotor, medicul Martin du Theil scria: „El constituie un veritabil agent de protejare a celulei nervoase, compensându-i imediat consumul. Marele simpatic, sistem care ajută la menținerea stării de veghe datorită energiei care este astfel conservată, protejează organismul de boală, împiedicând atacurile microbiene. Nu irită mucoasa intestinală și este recomandat pentru toate vârstele. El este un agent profilactic deosebit de bun împotriva tuturor



maladiilor de natură infecțioasă și, de aceea, eu îl recomand să fie folosit zilnic sau, cel puțin, destul de frecvent."

Jim Humble

Medicul Martin du Theil vorbește în lucrarea sa și despre gripă. Mărturia sa merită să fie reprodusă aici: „Am început s-o aplic încă din luna septembrie a anului 1918. Demobilizat la acea dată, am revenit la Neuilly în momentul în care a apărut teribila gripă din 1918. Chiar de la început am fost nevoit să constat că persoanele cel mai serios afectate erau, în general, tinerele. Foarte curând, am reușit să înțeleg și motivul. Fiind departe de soții lor, aceste femei au trăit astfel din august 1914, într-o stare continuă de angoasă, în așteptarea veștilor. Apoi, după ce scrisoarea mult așteptată era citită, anxietatea revenea odată cu știrea că semnatarul nu mai trăiește. Sistemul lor nervos epuizat le lăsa astfel fără apărare în fața atacului microbian. Fără ezitare, plecând de la efect la cauză, mi-am concentrat toate eforturile asupra sistemului nervos. Succesul a fost atât de uluitor și complet, încât am avut bucuria să constat că nu a existat niciun deces. Această metodă a dat rezultate în cazul a două maladii considerate a fi dintre cele mai redutabile, și anume tuberculoza și cancerul. De 10 ani eu administrez, sistematic, tuturor bolnavilor mei operați de cancer un tratament zilnic cu acest remediu, fie că este vorba despre cazuri mai vechi sau recente și n-am constatat decât o singură recidivă", scrie doctorul în martie 1929. Este important să precizăm că acest remediu este util și celor care suferă de depresie.

Jim Humble este un mare cercetător care a făcut cunoscută publicului utilizarea unei soluții de bioxid de clor obținută din cloritul de sodiu, un produs frecvent utilizat ca dezinfectant (piscine, alimente industriale etc.) și pe care l-a experimentat, timp de 10 ani, în special în Africa, împotriva malariei. El a numit acest remediu „Suplimentul Mineral Miraculos" (*Miracle Mineral Supplement*, MMS). În opinia lui Humble, MMS ajută sistemul imunitar și acționează ca un puternic „ucigaș" de microbi. El precizează că, timp de 80 de ani, sute de mii de persoane au adăugat în apa lor de băut câteva picături de oxigen stabilizat și au băut-o crezând că aveau un aport suplimentar de oxigen în organism. El precizează că „Acești oameni n-au conștientizat faptul că beneficiile veneau de la bioxidul de clor." Pentru a obține direct producerea de bioxid de clor, Humble adăuga suc de lămâie la o soluție de 28% de clorit de sodiu (MMS). Administrarea se face gradat, între 2 și 30 de picături pe zi, amestecate cu o cantitate dublă de picături de suc de lămâie, în funcție de gravitatea situației.

Acestea sunt doar câteva exemple de remedii a căror eficacitate a fost dovedită prin practică, dar pe care mass-media a „uitat" să le mai menționeze și care au rămas ascunse oamenilor. Alături de acestea pot fi adăugate o multitudine de remedii din plante foarte eficiente, naturale, pe care cei mai mulți oameni încă nu le cunosc în prezent pentru că plantele, care au cu adevărat proprietăți vindecătoare, nu se bucură câtuși de puțin de mediatizarea agresivă a medicamentelor moderne, care acționează cel mai adesea doar la nivelul efectelor, fără a a avea eficiență la nivelul cauzelor bolii. Tocmai de aceea, vom mai enumera câteva astfel de remedii naturale foarte eficiente, care pot contribui la o rapidă îmbunătățire a funcționării sistemului imunitar, având un cert efect antiviral și antigripal: pulberea de rădăcină de iarbă mare *(Inula helenium)*, pulberea de muguri de plop (*Populus nigra*), rădăcina de turmeric (*Curcuma longa*), pulberea de Kankola (*Piper chubeba*), cresonul (*Lepidium sativum*), pulberea de fructe de amlavetasa (*Citru decumara*) și frunzele de urzică vie (*Urtica dioica*).

profesor yoga Gregorian Bivolaru

Iarbă mare (*Inula helenium*)

Muguri de plop (*Populus nigra*)

Rădăcina de turmeric (*Curcuma longa*)

Kankola (*Piper chubeba*)

Cresonul (*Lepidium sativum*)

Urzică vie (*Urtica dioica*)

DEZVĂLUIRILE INCENDIARE ALE UNUI BANCHER ELVEȚIAN DESPRE ACȚIUNILE CRIMINALE PE CARE LE REALIZEAZĂ MEMBRII GRUPULUI BILDERBERG

Un bancher elveţian, care a participat la unele întruniri ale grupului Bilderberg şi care tocmai de aceea preferă să-şi păstreze anonimatul, a acordat în luna mai la Moscova un interviu incendiar redactorilor de la publicaţia „Noviden". Conform mărturiei elveţianului, grupul Bilderberg se foloseşte de băncile elveţiene pentru a finanţa răsturnări de guvern, falimentarea unor ţări, corupţia unor oficiali şi chiar uciderea unor persoane care au puterea de a se opune politicilor grupului.

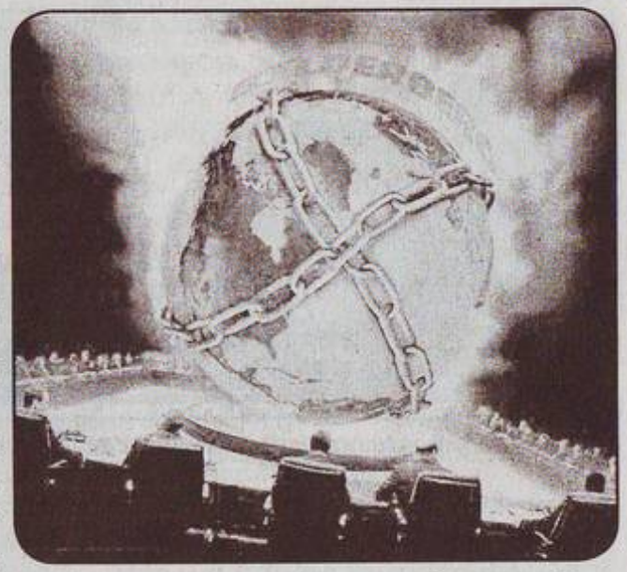
El a declarat că nu toţi participanţii la întrunirile Bilderberg au cunoştinţă de aceste lucruri, pentru că şi în sânul grupului de elită, la fel ca şi în sânul francmasoneriei, există unele „bisericuţe". Josef Ackermann, director executiv al Deutsche Bank şi membru al Comitetului de vârf al Bilderbergilor, este acuzat de către bancherul elveţian că orchestrează multe dintre aceste activităţi oculte. În conformitate cu mărturia bancherului, ideea care îl preocupă cel mai mult pe Ackermann şi la care lucrează acum asiduu este cenzurarea totală în cel mai scurt timp a internetului. Vă prezentăm în continuare interviul acordat de bancher publicaţiei ruseşti.

Ce ne puteţi spune despre activităţile dumneavoastră ca bancher?

Am lucrat în sistemul bancar elveţian ani îndelungaţi, chiar şi ca director al uneia dintre cele mai puternice bănci. Atunci am fost implicat în efectuarea plăţii pentru asasinarea unui preşedinte de stat. Am participat la întrunirea directorilor băncii în care s-a hotărât să se plătească pentru această acţiune. Aceasta m-a dat peste cap rău de tot. Un serviciu secret străin a trimis o cerere scrisă de mână prin care solicita plătirea unei sume de bani unei persoane care lichidase un preşedinte! Şi acesta nu a fost singurul caz de acest fel. Am primit

Josef Ackermann transmiţând prin mass-media un semnal masonic evident

o seamă de astfel de cereri scrise de mână din partea unor servicii secrete, care aveau fonduri pentru organizarea de revoluţii ori pentru asasinate la comandă. Eu confirm ceea ce a scris John Perkins în cartea sa, *„Confessions of an Economic Hit Man"*. Există un sistem financiar pentru astfel de operaţiuni şi unele bănci elveţiene fac parte din el.



Ne puteţi spune despre ce bănci este vorba şi cine anume din aceste bănci este implicat?

Este vorba despre una dintre cele trei bănci elveţiene de vârf la vremea asasinării acelui preşedinte din lumea a treia. Mai mult nu pot spune, nu-mi risc viaţa! Eram mai multe persoane la adunare când cineva a venit cu acea cerere şi, cum era vorba de o sumă mare în numerar, a trebuit să se facă o informare sumară a speţei. După care directorii au zis: „O.K!"

Ce fel de fonduri erau acestea?

Speciale! Codificate. Cifrul venea odată cu cererile. Aşa funcţionau, conform înţelegerilor la vârf. Cererile care deblocau cele mai mari sume erau scrise de mână! Trebuiau descifrate. Ele conţineau sume de bani pentru asasinate, pentru organizarea de greve, de revolte şi pentru finanţarea unor partide de opoziţie în diverse ţări. Ştiu membri ai grupului Bilderberg care sunt implicaţi în aşa ceva.

Măcar ne puteţi spune în ce decadă aveau loc astfel de operaţiuni?

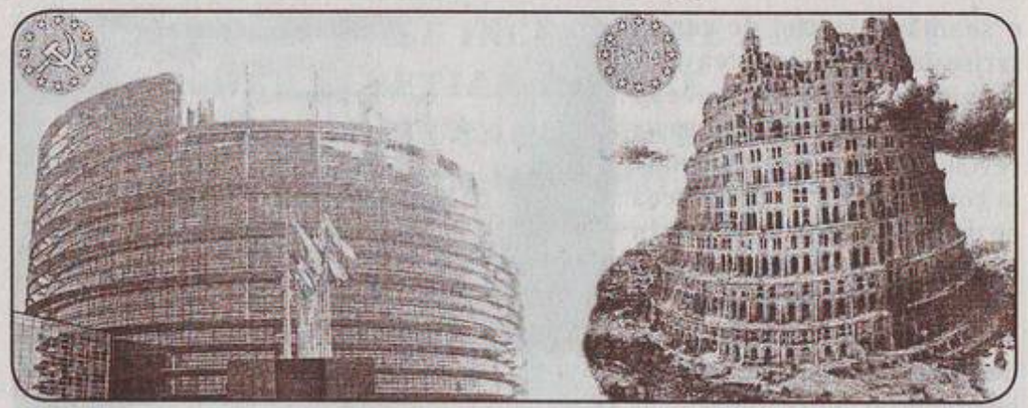
În anii '80.

Aveaţi vreo problemă să lucraţi cu astfel de fonduri?

O mare problemă. Nu mai puteam să dorm. De-asta am şi părăsit banca până la urmă. Erau implicaţii periculoase. Cei care organizaseră fondurile erau membri ai unor servicii secrete, cele mai multe din ţări vorbitoare de limba engleză. Trebuia să plătim criminali care îi ucideau pe cei care se opuneau planurilor grupului Bilderberg şi planurilor celor care controlau FMI şi Banca Mondială, de exemplu.

De ce ne acordaţi acest interviu? Sau de ce ni-l acordaţi tocmai acum?

Pentru că Bilderbergii se întrunesc anul acesta în Elveţia. Pentru că situaţia mondială devine din ce în ce mai critică şi pentru că băncile elveţiene sunt implicate în acţiuni lipsite de etică, dispunând de fonduri aflate în afara oricărui control financiar. Este vorba de sume cu multe, multe zerouri.



Oricine poate remarca asemănarea, deloc întâmplătoare, dintre clădirea Parlamentului European și turnul Babel.

Miliarde?

Mii de miliarde, scutite de taxe! Ceea ce se petrece este împotriva sistemului elvețian al valorilor, bazat pe încredere, bunăvoință și neutralitate. Am asistat la discuții care sunt împotriva principiilor democratice. Directorii băncilor eleveţiene nici nu mai sunt elvețieni, ci vin din afară, majoritatea anglo-saxoni, americani, britanici, care nu respectă neutralitatea declarată a elvețienilor. Aceștia distrug Grecia, Spania, Portugalia, Irlanda și Elveția, care este ținta acum, când nu mai au nevoie de ea. Josef Ackermann este cetățean elvețian, dar este în fruntea unei bănci străine și se folosește de puterea pe care o are ca să distrugă.

Oamenii despre care ne-ați vorbit vor fi prezenți anul acesta la întrunirea Bilderbergilor de la St. Moritz?

Categoric. Ei dispun de sume enorme de bani și au un plan. Vor distruge economia Europei și vor construi alta în China. Până atunci, au deschis piețele europene pentru mărfurile chineze. Sistemele de învățământ europene s-au prăbușit, iar noua generație va ști din ce în ce mai puțin, va fi din ce în ce mai ignorantă și mai manipulabilă. Aceasta va distruge Europa pe termen lung.

Credeți că întâlnirea din Elveția de anul acesta are valoare simbolică? În 2009 s-au întâlnit în Grecia, în 2010 în Spania, iar acum aceste țări sunt pe marginea prăpastiei. Credeți că așa o să se petreacă și cu Elveția?

Da, acesta este unul dintre obiectivele lor. Elveția nu este în UE, nici în „zona euro" și categoric nu este controlată de la Bruxelles. Vorbesc de Elveția ca țară, nu ca sistem bancar, pentru că acesta este deja al lor și-l manevrează cum vor. Întâlnirea de aici transmite acest mesaj, că acum urmează elveţienii!

Care să fie țelul celor din grupul Bilderberg? Vor să creeze o dictatură globală controlată prin intermediul marilor corporații, fără state suverane?

Exact. Iar suveranitatea statelor se năruie prin îndatorarea la aceste organizații financiare. Ei urmăresc falimentarea tuturor statelor, de parcă ar fi vorba de bănci. Numai așa pot să-și impună interesele și să dicteze. UE simte deja din plin opresiunea apăsătoare a grupului Bilderberg.

Ce credeți că ar putea să-i oprească?

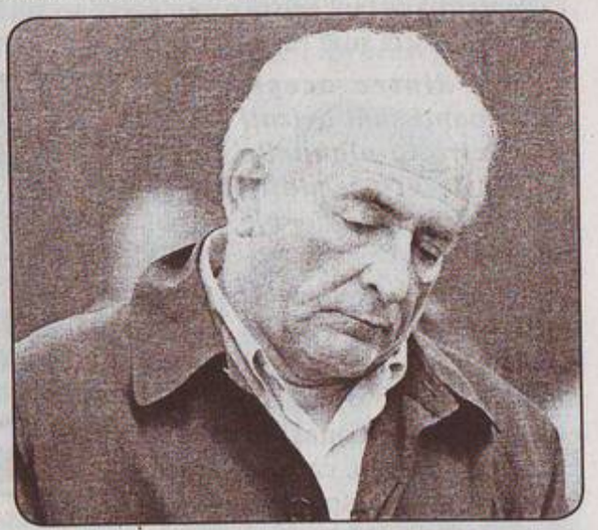
De aceea am acceptat să dau acest interviu. Există ceva aflat la îndemâna tuturor care-i poate opri: adevărul! Trebuie dezvăluit tot adevărul! Nu le place deloc să fie în lumină, deci puneți urgent reflectoarele pe ei! Transparența deplină în politicile bancare și la toate nivelurile societății i-ar opri cu siguranță.

Care bănci elveţiene sunt implicate?

Acele bănci care își antrenează staff-ul după valori anglo-saxone, nu după cele autentic elveţiene, care au cel mai corect sistem. E vorba de băncile internaționale, care operează la nivel global.

Deci ne sfătuiți să-i expunem public, să arătăm cine sunt în realitate Bilderbergii?

Cazul lui Dominique Strauss-Kahn este un prilej de a înțelege cine sunt și cum sunt ei. Sunt niște corupți, cu niște minți bolnave, plini de vicii, pe care le ascund sub pulpana ordinului lor masonic. Unii sunt întocmai ca Strass-Kahn, violatori, alții sunt sado-masochiști, alții pedofili și mulți sunt de fapt sataniști. Uitați-vă la simbolurile sataniste pe care le afișează unele bănci, inclusiv Rothschild Bank din Zurich. Oamenii aceștia, propulsați la un moment dat în funcții mari, sunt aleși în așa fel încât să fie șantajabili datorită apucăturilor și slăbiciunilor lor. După numire, ei trebuie să execute strict anumite ordine, iar cine încearcă ulterior să iasă din rând este imediat demolat în presă, reputația îi este distrusă sau chiar este ucis. Strauss-Kahn, de exemplu, care a călcat strâmb, pare-se din cauza viziunilor lui socialiste, putea s-o pățească și mai rău, putea să fie ucis!



Dominique Strauss-Kahn, un violator numit în funcția de director la FMI?

Dacă afirmați că Ackermann este un factor de decizie în comitetul Bilderbergilor, credeți că el e implicat în astfel de acțiuni?

Da, dar nu numai el. Mai sunt mulți alții, ca de exemplu Christine Lagarde, care va fi, probabil, viitoarea șefă a FMI. Și ea este membră Bilderberg, ca și Sarkozy și Obama. Planul lor actual este cenzurarea urgentă și totală a internetului, care este încă liber și prin care circulă tot mai mult adevărul cutremurător despre obiectivele lor. Sub pretextul că internetul este utilizat de teroriști, care își transmit, chipurile, în felul acesta mesaje codificate, cei din grupul Bilderberg intenționează în curând să aducă internetul sub control și chiar să-l cenzureze total. Sau cine știe ce atrocitate mai pot inventa ca să realizeze apoi imediat acest plan.

De asta vă este teamă?

Nu este vorba doar despre teamă. Oamenii aceștia sunt criminali și nu au scrupule în a da ordine de asasinare. Dacă vor avea senzația că pierd cumva controlul, așa cum se petrece în cazul opoziției față de FMI a populației din Grecia și Spania, și posibil în curând și a celei din Italia, nu vor ezita să inventeze o nouă „rețea Gladio". Am fost aproape și de această nouă rețea. Instigă din umbră la terorism și, mai mult decât atât, sponsorizează grupuri teroriste, pentru a controla guvernele din statele europene, precum Italia, unde uciderea lui Aldo Moro a fost în realitate plătită prin sistemul pe care vi l-am descris.

Ackermann face parte dintr-un astfel de sistem?

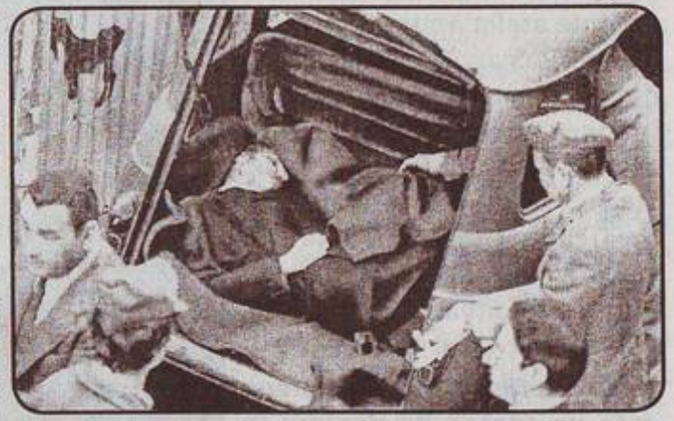
Sunteți jurnaliști, urmăriți-i cu atenție cariera și mai ales observați cât de repede a ajuns în vârf. Dar sistemul lor criminal funcționează în toată lumea și implică o mulțime de oameni.

De ce credeți că mass-media occidentală nu tratează acest subiect?

Pentru că de fapt există o înțelegere secretă a grupului Bilderberg cu patronii, iar dacă aceștia sunt recalcitranți, le sunt cumpărate din umbră publicațiile.

Câți dintre acești participanți sunt avizați cu privire la planurile lipsite de etică, multe dintre ele criminale, ale grupului?

Există un cerc interior ultrasecret în care îi găsim pe acești sataniști. În afara acestui cerc, oamenii complet neinformați și chiar foarte naivi, care se înregimentează sperând să-și îmbunătățească situația, sunt din ce în ce mai mulți.



Fotografie cu trupul neînsuflețit al lui Aldo Moro, politicianul italian torturat și ucis în anul 1978 de asasinii plătiți ai așa-zișilor „iluminați"

Interviu cu Alfred Lambremont Webre, Directorul Institutului pentru Cooperare în Spațiu (ICS)

Mai întâi, vă rog să ne spuneți câteva cuvinte despre dumneavoastră.

Am 67 de ani. M-am născut în anul 1942 într-o bază navală din Florida, în timpul celui de-al doilea Război mondial. În prezent locuiesc în Vancouver. Sunt doctor în Drept și judecător în cadrul Tribunalului pentru crime de război din Kuala Lumpur. Sunt căsătorit, am un fiu și două fiice vitrege. La baza studiilor și cercetărilor mele se află convingerea mea că trăim într-un Univers care are la origine o formă superioară de conștiință. De altfel, s-a dovedit deja că în Univers există civilizații mai avansate tehnologic decât noi, care în plus au o înaltă ținută morală și care participă la procesul de evoluție spirituală al locuitorilor Terrei.

Care sunt aceste dovezi?

Există mărturii ale unor angajați din cadrul guvernului Statelor Unite care susțin că au participat la programe secrete al căror scop era stabilirea de relații diplomatice cu anumite civilizații extraterestre.

Aceasta înseamnă că extratereștrii au fost contactați deja?

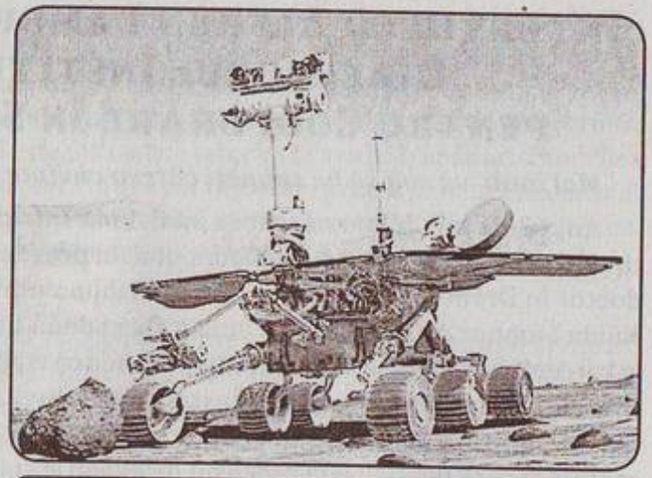
Da, conform celor declarate de acești martori, guvernul Statelor Unite colaborează în secret cu anumite civilizații extraterestre încă din anii `50. Spre exemplu, Andrew Basiago, fiul unui oficial CIA, a fost integrat de la vârsta de 7 ani într-un program secret pentru copii cu înzestrări deosebite, care erau pregătiți să devină ambasadorii Terrei în Spațiu pe lângă celelalte civilizații extraterestre.

Până în prezent s-a stabilit vreun contact diplomatic de acest gen?

Se știe în anumite cercuri că a avut deja loc o întâlnire cu trei astronauți de pe planeta Marte. În luna ianuarie a anului 2009, Virginia Olds, angajată în cadrul CIA, a confirmat că CIA știe că pe suprafața planetei Marte trăiește o civilizație umanoidă. Se crede că în anul 9.500 î. H. fragmente din supernova Vela au intrat în sistemul nostru solar și au distrus ecosistemul planetei Marte. Drept urmare, locuitorii planetei, marțienii, care au un avans tehnologic de circa 1.500 de ani față de noi, atât din punct de vedere al tehnologiei, cât și din cel al principiilor etice și al organizării sociale, s-au refugiat în adăposturi construite sub scoarța planetei.

Alfred Lambremont Webre

În luna decembrie a anului 2008 am publicat un raport ce include fotografii realizate de către robotul NASA, Rover Spirit, fotografii din care reiese că la suprafața planetei Marte există ființe umanoide, animale și diverse edificii. Acest raport este disponibil pe site-ul exopolitics.com.



Rover Spirit, Robotul NASA

Știm cu toții că există trei astronauți care susțin că au văzut viață extraterestră.

Da, Buzz Aldrin susține că în anul 1969, când astronava Apollo 11, la bordul căreia se afla, a aterizat pe Lună, a observat în jurul craterului mare două nave extraterestre. Declarația sa a fost verificată de oficiali ai NASA și apoi peste ea s-a așternut uitarea.

Este uimitor cum sunt manipulate toate aceste știri!

Dr. Steven Greer, inițiatorul Proiectului *Disclosure* (desecretizarea), a adunat peste 500 de mărturii provenite de la oameni din cadrul armatei, guvernului și chiar de la ofițeri de rang înalt din cadrul serviciilor secrete, care au fost martori direcți ai contactului cu unele ființe extraterestre, iar aceste dovezi au fost făcute publice în cadrul Clubului Național de Presă din Washington, care s-a organizat în luna mai a anului 2009.

Astronautul american Buzz Aldrin

Unele țări, precum Mexic, Chile, Brazilia și Peru au dat și ele publicității arhivele lor ce conțin informații despre OZN-uri.

Într-adevăr, așa este. Iar recent, la fel au procedat Franța, Suedia, Danemarca, precum și Marea Britanie, care a scos la lumină 7200 de dosare despre OZN-uri, întocmite de D155, o unitate secretă din cadrul Ministerului Apărării.

De ce nu se dezvăluie totuși și informațiile care atestă existența vieții pe Marte?

Din motive politice. Iar pentru ca NASA să recunoască existența unor ființe vii dotate cu inteligență pe planeta Marte, noi vom demara un dialog, invocând dreptul nostru civic de a avea acces liber la informație.

Dr. Steven Greer

În ceea ce îi privește pe marțieni, mă întreb de ce oare nu ni se arată nouă, oamenilor?

Planeta noastră este probabil de o categorie inferioară și bănuim că se află într-un fel de „carantină" impusă de către „guvernul universal" (alcătuit din ființe extraterestre foarte evoluate spiritual care veghează asupra menținerii ordinii și armoniei divine în Univers).

Iar această „carantină" se încheie acum?

Tindem să credem că aceste civilizații extraterestre foarte evoluate spiritual au utilizat fenomenul OZN pentru a ne ajuta să ne obișnuim cu ideea existenței lor, iar între anii 2010-2020 va fi posibil să începem să avem relații diplomatice deschise cu aceste civilizații.

Credeți că primul contact va fi stabilit cu marțienii?

Da, deoarece există multe avantaje de ambele părți: ei ne pot furniza cunoașterea și tehnologiile de care dispun, iar noi avem o planetă verde magnifică, foarte frumoasă și roditoare, pe care ei se pot stabili.

Să vorbim acum puțin despre Univers. Cum funcționează el?

Există multe dimensiuni și Universuri paralele cu al nostru. Unele civilizații extraterestre vin din altă dimensiune, dintr-un univers paralel, ceea ce explică de ce OZN-urile apar și dispar pe neașteptate.

De ce aceste civilizații sunt mai evoluate?

Se pare că Universul în care trăim este foarte bine organizat, iar aceste civilizații foarte evoluate spiritual (și care au în plus o înaltă ținută morală) au reușit să ajungă la controlul energiei timpului; este posibil ca ele să contribuie la dezvoltarea ulterioară a umanității.

Acest lucru este cu totul extraordinar...

Conform unor teorii care au fost emise recent, evoluția actuală a omenirii s-a accelerat tocmai pentru că a venit momentul să renunțăm la economia bazată pe războaie și pe conflicte permanente și să ne orientăm către o economie bazată pe sustenabilitate. Conștiința umană este într-o continuă expansiune, trecând

de la individual la universal, iar în această direcție relaționarea deschisă cu civilizațiile extraterestre benefice este de un real folos.

Acestea ar putea să ne întindă o mână de ajutor...

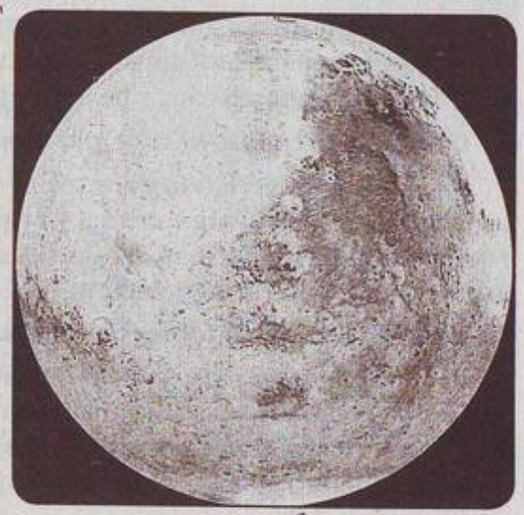
La scară universală, există un principiu fundamental: acela de a nu interveni în procesul de evoluție a altei planete, atunci când locuitorii acesteia nu sunt de acord cu această intervenție, sau nu o cer chiar ei. Dar într-un timp foarte scurt, omul va învăța să folosească teleportarea cuantică și să obțină energie din spațiu, care până nu demult se considera că este vid. Trăim într-o epocă de tranziție, în care depinde numai de noi să decidem dacă luăm calea distrugerii ori a evoluției.

Să înțeleg că obiectul activității dumneavoastră este contactarea „guvernului universal"?

Exopolitica este o știință socială care studiază relațiile dintre civilizația noastră umană și alte civilizații inteligente din Univers. Unul dintre primii pași pe care îi facem pe calea diplomației universale ne conduce către stabilirea de relații diplomatice cu civilizația extraterestră care există pe planeta Marte. În ceea ce mă privește, actualmente lucrez împreună cu doctorul Norman Miranda, șeful de cabinet al Adunării Generale a Națiunilor Unite, la un proiect în care ONU să reprezinte Pământul în fața civilizației de pe Marte.

Nota editorului:

Este posibil ca acest interviu să vă uimească la fel ca și pe noi, dar să nu pierdem din vedere mărturiile celor care au participat la Summit-ul European de Exopolitică din anul 2009, – astronauți din cadrul NASA și al Agenției Spațiale Ruse, care afirmă că s-au realizat deja contacte cu civilizații extraterestre – precum și pe cele ale organizatorului acestui summit, Alfred Lambremont Webre, autorul cărții „Exopolitica", procuror general al Agenției pentru Protecția Mediului din New York și consultant în cadrul Fundației Ford, fost profesor de economie în cadrul Universităților Yale și Texas, delegat din partea statului Texas pentru Convenția Democrată din anul 1996. Toți aceștia vorbesc despre existența pe planeta Marte a unor ființe extraterestre înzestrate cu inteligență ca despre un fapt real.



Un lucru devine tot mai clar: nu suntem singurii locuitori înzestrați cu inteligență ai acestui Univers.

INGINERIA GENETICĂ

UN MIJLOC DE MONOPOLIZARE A PRODUCȚIEI DE SEMINȚE ȘI DE SUBJUGARE A POPULAȚIEI

Un interviu revelator cu Dr. Tewolde Behran Egziabher din Etiopia, care reprezintă țările în curs de dezvoltare la conferințele asupra ingineriei genetice, biodiversității și brevetării genelor. Acest ecologist conduce Autoritatea Etiopiană de Protecție a Mediului și Institutul pentru Dezvoltare Durabilă. El vorbește limpede și fără ocoliș despre riscurile ingineriei genetice.

Sunteți mulțumit de ofertele giganților agricoli care vor să combată foametea cu ajutorul unor plante noi, create cu ajutorul ingineriei genetice?

Nu, chiar deloc. Ar fi naiv și prostesc din partea noastră să ne închipuim că plantele și caracteristicile lor genetice, care au evoluat de-a lungul a milioane de ani, pot fi îmbunătățite în vreun fel prin simpla înlocuire sau adăugare a unei gene. Interacțiunea dintre gene și proteine este mult prea complexă. Tocmai de aceea eșuează atât de multe experimente genetice.

Prin urmare, nu le luați oferta în serios?

Nici vorbă, pentru că ei se prefac că nu înțeleg esențialul. Foametea în țările în curs de dezvoltare este, de fapt, rezultatul unei distribuții nedrepte a alimentelor, care defavorizează țările sărace. Adevărul este că astăzi, în lume se produce mai multă hrană decât oricând, dar cu toate acestea sunt și mai mulți oameni care mor de foame decât înainte. A produce tot mai multe alimente nu înseamnă deloc că cei săraci vor beneficia vreodată de ele. Ei, pur și simplu, nu au bani să cumpere aceste alimente. Ingineria genetică nu are cum să modifice acest lucru, modul injust de distribuție a hranei este cel care trebuie să fie eliminat.

Dr. Tewolde Behran Egziabher

Industria ingineriei genetice nu ar putea produce plante care să se adapteze mai ușor solurilor aride sau sărate?

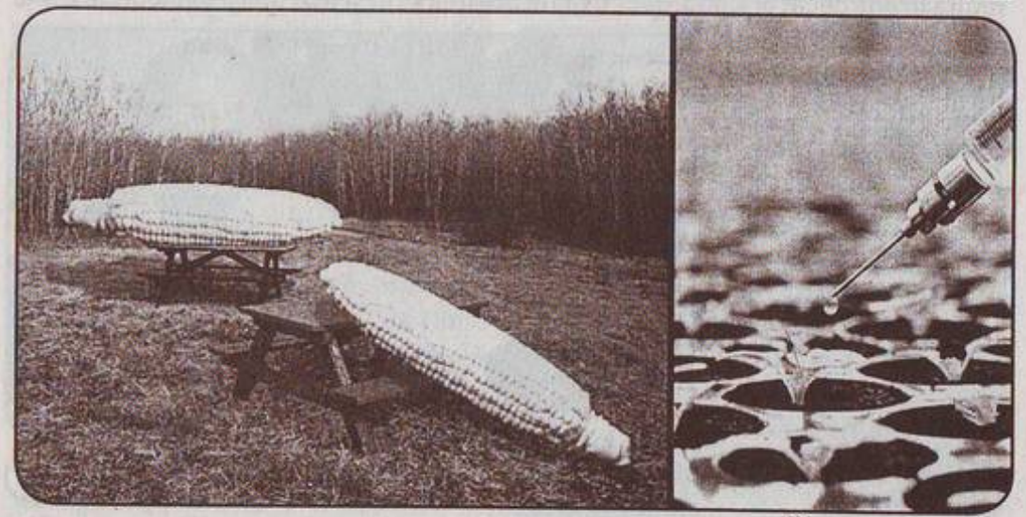
Se poartă multe discuții în acest sens, însă nu există nicio dovadă că aceste plante sunt mai prolifice. Marile companii au, de fapt, cu totul alte scopuri decât cele pe care le declară: ele vor să ofere fermierilor specii care sunt imune la anumite pesticide tocmai pentru că acestea sunt dependente de aceste pesticide, adică nu pot fi cultivate fără ele. Și atunci cultivatorul plătește de două ori... Această industrie mai are și un al doilea scop: să obțină controlul asupra semințelor și rezervelor genetice ale acestor țări în curs de dezvoltare, pentru ca, în final, să aibă monopol. Strategia este întotdeauna aceeași: companiile oferă într-o primă etapă gratuit semințe, până când fermierii își epuizează propriile resurse sau acestea devin inutilizabile, iar apoi încep să pretindă bani grei pentru ele.

Aceasta este o acuzație foarte serioasă!

Dar coincide cu experiențele pe care le-am avut în trecut cu pesticidele și cu fertilizatorii artificiali. Și este vorba despre exact aceleași companii agrochimice multinaționale care promovează astăzi ingineria genetică. A obține controlul total asupra producerii semințelor și a pretinde apoi, cu viclenie, bani fermierilor săraci pentru acest serviciu nu rezolvă câtuși de puțin problema foametei, ci o agravează într-o măsură și mai mare.

Dar dacă recoltele fermierilor vor fi mai bune, atunci ei își vor permite să plătească.

Aproximativ treizeci de companii diferite dețin brevete pentru cunoscutul „grâu auriu". Niciuna dintre ele nu cere, deocamdată, bani. Însă, în momentul în



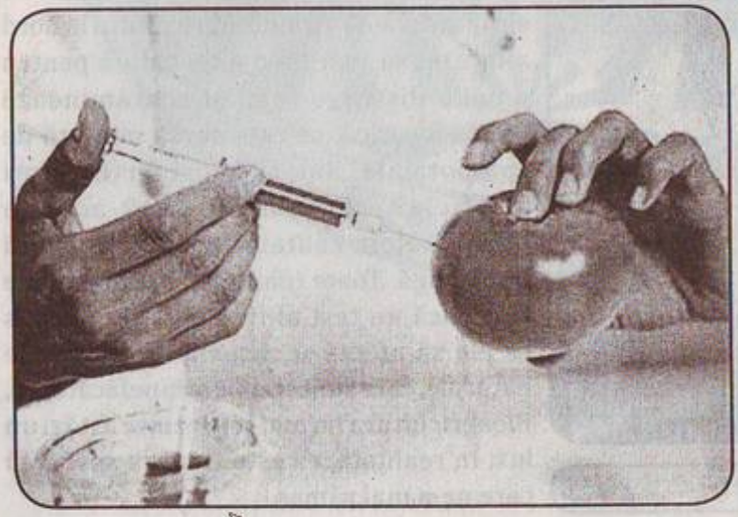
care îi vor avea pe fermieri la cheremul lor, îi vor spolia fără milă. Companiile agricole se folosesc de brevete doar pentru a ne face dependenți de semințele lor. Credeți că există o formă mai eficientă de colonialism? Dacă lucrurile continuă în felul acesta, industria ingineriei genetice va reuși să ne facă sclavii ei. Fără îndoială, nu aceasta este calea spre pacea mondială. Mai degrabă, se va produce o revoluție fără precedent, care va avea ca rezultat valuri de refugiați ce vor pleca spre țările mai bogate.

De ce credeți că programul Organizației Națiunilor Unite pentru dezvoltare, UNDP, sprijină ingineria genetică?

Deoarece activitatea acestuia este finanțată din banii marilor companii multinaționale. Raportul discreditează, cu siguranță, UNDP-ul. Adesea, mă întreb dacă mai servește în vreun fel țările în curs de dezvoltare.

Cum pot țările bogate ale lumii să ajute în această situație?

Sprijinind încercările țărilor în curs de dezvoltare de a-și îmbunătăți infrastructura. Avem nevoie de drumuri bune pentru a transporta spre piețele de desfacere produsele obținute aici. Avem nevoie să putem păstra alimentele și să avem mijloace să le procesăm. Și mai avem nevoie de depozite în care să ne păstrăm surplusul de alimente bune pentru perioade mai dificile.



Niciunul dintre lucrurile enumerate de dumneavoastră nu este în neconcordanță cu utilizarea ingineriei genetice, totuși.

Ar trebui să începem să ne gândim la această nouă tehnologie doar când am rezolvat toate celelalte probleme. Adevărul este că nu mai avem nevoie de alte plante și animale; natura ne oferă, din belșug, toate elementele hrănitoare de care avem nevoie. Aceste elemente trebuie doar împărțite și distribuite în mod corect. Ingineria genetică nu oferă soluții, ea prezintă doar riscuri. Tropicele sunt căminul unei multitudini de specii extraordinare și un rezervor genetic valoros și de neînlocuit. Dacă speciile artificiale, manipulate genetic, vor fi eliberate în mediul natural, ele vor contamina acest rezervor genetic și multe specii sau soiuri ar putea dispărea. Iar acest lucru ar fi ireversibil.

Considerați că agricultura durabilă poate produce suficiente culturi pentru a elimina complet foametea?

Jules Pretty

Da, chiar cred aceasta. Studiul lui Jules Pretty oferă o mulțime de exemple pentru a sprijini această viziune. Agricultura în nord a încetat să mai fie o alternativă pentru noi. Ea distruge solul și contaminează pânza freatică, ce este sursa noastră de apă potabilă. Putem folosi fertilizatori artificiali, dar numai dacă aceștia îmbunătățesc calitatea solului, în loc să îl distrugă. Toate tehnologiile noi trebuie să treacă un test al firii: nu este permis ca ele să afecteze ciclurile și procesele naturale, care sunt stabile și binefăcătoare. Bioagricultura nu mai reprezintă astăzi un lux. În realitate, ea este singura speranță care ne-a mai rămas.